

CONTENTS

SALUTATION TO THE TRIPLE GEM - (RATANATTAYA VANDANA)	4
REQUEST FOR THE THREE REFUGES	5
บทอธิปปีโส – ITIPISO RECOLLECTION OF THE BUDDHA, THE DHAMMA, AND THE SANGHA	6
THE FIVE PRECEPTS (PANCA-SILA) - ศีล 5	9
THE SUBLIME ATTITUDES - คำแผ่เมตตา	10
METTĀ — GOOD WILL (for and to oneself)	10
METTĀ — GOOD WILL (for and to others)	10
KARUṆĀ — COMPASSION	10
MUDITĀ — APPRECIATION	10
UPEKKHĀ — EQUANIMITY	10
THE VERSES OF THE BUDDHA'S AUSPICIOUS VICTORIES (BUDDHA-JAYA-MAṄGALA GĀTHĀ)	11
Mahagaruniko-Jaya Gāthā - The Victory Protection - มหาการุณโก	13
MAṄGALA SUTTA - THE DISCOURSE ON GOOD FORTUNE - มงคลสูตร	14
KARANIYA METTA SUTTA: THE BUDDHA'S WORDS ON LOVING-KINDNESS	16
Khaggavisana Sutta – the rhinoceros SUTTA-	18
SIṂSAPĀVANA SUTTA – THE SIṂSAPĀ FOREST - SN 56.31 (S V 437)	27
DEPENDENT ORIGINATION	29
Anapanasati Sutta: Mindfulness of Breathing	31
Mindfulness of In-and-Out Breathing	32
The Four Frames of Reference	33
The Seven Factors for Awakening	34
Clear Knowing and Release	35
Notes	35
SN 20.7 (S II 266) ĀṆI SUTTA — THE PEG —	36
TIPITAKA (พระไตรปิฎก) DIVIDED INTO THREE PARTS	37
QUOTATION	38
THE CUSTOMS OF THE NOBLE ONES	39
Thudong: Forest Monks and Hermits of Southeast Asia	43
Origins	43
Practice	44

Three Fears.....	46
BIBLIOGRAPHICAL REFERENCES	46
Meaning of the word Dhamma / Dharma	47
MEANING OF THE KATA MONGKUT PRA PUTTA JAO	48



นมัสการพระรัตนตรัย (Namasakarnprarattanatrāy)

‘นะโม ตัสสะ ภะคะวะโต อะระหะโต สัมมา สัมพุทฺธัสสะ’

‘นะโม ตัสสะ ภะคะวะโต อะระหะโต สัมมา สัมพุทฺธัสสะ’

‘นะโม ตัสสะ ภะคะวะโต อะระหะโต สัมมา สัมพุทฺธัสสะ’

‘Namo Tassa Bhagavato Arahato Sammā Sambuddhassa’

‘Namo Tassa Bhagavato Arahato Sammā Sambuddhassa’

‘Namo Tassa Bhagavato Arahato Sammā Sambuddhassa’

Homage to the Blessed One, the Worthy One, the Perfectly Self-awakened One

Homage to the Blessed One, the Worthy One, the Perfectly Self-awakened One

Homage to the Blessed One, the Worthy One, the Perfectly Self-awakened One

‘อะระหัง สัมมาสัมพุทฺโธ ภะคะวา พุทฺธัง ภะควันตัง อะภิวาเทมิ’

‘Arahang sammā-sambuddho bhagavā Buddhang bhagavantang abhivādemī’

The Awake, the Perfectly Enlightened and Blessed One, I pay homage to the Buddha, the Awakened One, the Blessed One.

(Prostrate once)

‘สวากขาโต ภะคะวะตา ธัมโม ธัมมัง นะมัสสามิ’

‘Svākkhāto bhagavatā dhammo Dhammam namassāmī’

The Teaching, well expounded by the Blessed One, I pay homage to the Dhamma

(Prostrate once)

‘สุปะฏิปันโน ภะคะวะโต สาวะกะสังโฆ สังฆัง นะมามิ’

‘Supatipanno bhagavato sāvakasaṅgho Saṅgham namāmi’

The Sangha, the Blessed One's disciples have practiced well, I pay homage to the Sangha.

(Prostrate once)

'นะโม ตัสสะ ภะคะวะโต อะระหะโต สัมมา สัมพุทฺธัสสะ'
'นะโม ตัสสะ ภะคะวะโต อะระหะโต สัมมา สัมพุทฺธัสสะ'
'นะโม ตัสสะ ภะคะวะโต อะระหะโต สัมมา สัมพุทฺธัสสะ'

'Namo Tassa Bhagavato Arahato Sammā Sambuddhassa'
'Namo Tassa Bhagavato Arahato Sammā Sambuddhassa'
'Namo Tassa Bhagavato Arahato Sammā Sambuddhassa'

Homage to the Blessed One, the Worthy One, the Perfectly Self-awakened One
Homage to the Blessed One, the Worthy One, the Perfectly Self-awakened One
Homage to the Blessed One, the Worthy One, the Perfectly Self-awakened One

พุทฺธัง สาระณัง คัจฉามิ
Buddhang saranang gacchami
I go to the Buddha for refuge

ธัมมัง สาระณัง คัจฉามิ
Dhammang saranang gacchami
I go to the Dhamma for refuge

สังฆัง สาระณัง คัจฉามิ
Sanghang saranang gacchami
I go to the Sangha for refuge

ทุติยัมปิ พุทฺธัง สาระณัง คัจฉามิ
Dutiyampi Buddhang saranang gacchami
For a second time, I go to the Buddha for refuge

ทุติยัมปิ ธัมมัง สาระณัง คัจฉามิ
Dutiyampi Dhammang saranang gacchami
For a second time, I go to the Dhamma for refuge

ทุติยัมปิ สังฆัง สาระณัง คัจฉามิ
Dutiyampi Sanghang saranang gacchami
For a second time, I go to the Sangha for refuge

ตะติยัมปิ พุทฺธัง สาระณัง คัจฉามิ
Tatiyampi Buddhang saranang gacchami
For a third time, I go to the Buddha for refuge

ตะติยัมปิ ธัมมัง สาระณัง คัจฉามิ
Tatiyampi Dhammang saranang gacchami
For a third time, I go to the Dhamma for refuge

ตะติยัมปิ สังฆัง สาระณัง คัจฉามิ
Tatiyampi Sanghang saranang gacchami
For a third time, I go to the Sangha for refuge

บทสรรเสริญพระพุทธคุณ พระธรรมคุณ และพระสังฆคุณ (บทอิติปิโส – Itipiso)

บทสรรเสริญ พระพุทธคุณ (พุทธานุสสติ) – Recollection of the Buddha

เป็นการสวดเพื่อระลึกถึงพระคุณของพระพุทธเจ้า 9 ประการ – 9 Attributes of the Buddha

นมัสการพระรัตนตรัย (Namasakanpraratanatrai)

'นะโม ตัสสะ ภะคะวะโต อะระหะโต สัมมา สัมพุทธัสสะ'

'นะโม ตัสสะ ภะคะวะโต อะระหะโต สัมมา สัมพุทธัสสะ'

'นะโม ตัสสะ ภะคะวะโต อะระหะโต สัมมา สัมพุทธัสสะ'

'Namo Tassa Bhagavato Arahato Sammā Sambuddhassa'

'Namo Tassa Bhagavato Arahato Sammā Sambuddhassa'

'Namo Tassa Bhagavato Arahato Sammā Sambuddhassa'

Homage to the Blessed One, the Worthy One, the Perfectly Self-awakened One

Homage to the Blessed One, the Worthy One, the Perfectly Self-awakened One

Homage to the Blessed One, the Worthy One, the Perfectly Self-awakened One

อิติปิ โส ภะคะวา - (เพราะเหตุอย่างนี้ พระผู้มีพระภาคเจ้านั้น)

Itipiso bhagavā - He is indeed a bhagavā

(Bhagavā: Fortunate One, Lord, Venerable, Sublime One, generally translated as Blessed One or Exalted One. The term is derived from the word bhaga (luck, good fortune) and is systematically used in the suttas when his disciples speak of the Buddha in the third person}.

1. อระหัง - (เป็นผู้ไกลจากกิเลส)

arahang - a Worthy One, a person whose mind is free from all defilements

2. สัมมาสัมพุทธโ - (เป็นผู้ตรัสรู้ชอบโดยพระองค์เอง)

sammā-sambuddho - the Perfectly Self-awakened One,

sammāsambuddha: [sammā+sam+Buddha] correctly and completely awakened

3. วิชชาจะระณะสัมปันโน - (เป็นผู้ถึงพร้อมด้วยวิชา-ความรู้แจ้ง และจระณะ - ความประพฤติดี)

Vijjā-carana-sampanno - impeccable in knowledge and conduct, accomplished in the conduct leading to awareness or cognitive skill, vijjā: science, knowledge, correct knowledge, higher knowledge.

4. สุขะโต - (เป็นผู้ไปแล้วด้วยดี)

Sugato - well-being, going (or gone) to a good destination, the Accomplished One,

Sugata: [su+gata] faring well, happy. Often used as an epithet for the Buddha.

5. โลกะวิทู - (เป็นผู้รู้โลกอย่างแจ่มแจ้ง)

Lokavidū - the Knower of the Worlds

loka: world, universe, plane of existence *vidū*: knowing, wise, skilled in , clever

6. อนุตตะโร ปุริสสะธัมมะสาระถิ - (เป็นผู้สามารถฝึกนุรุษที่สมควรฝึกได้ อย่างไม่มีใครยิ่งกว่า)

Anuttaro purisa-damma-sārathi – the Supreme Trainer of those wishing to be trained,

7. สัตถาเทวมนุสสานัง - (เป็นครูผู้สอนของเทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย)

satthā deva-manussānang - the Teacher of divine and human beings,

8. พุทโธ - (เป็นผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบานด้วยธรรม)

Buddho - the Awakened One

9. ะคะวาติ - (เป็นผู้มีความเจริญจำแนกธรรมสั่งสอนสัตว์ ดังนี้)

Bhagavāti – the Blessed One.

กราบ (prostrate once)

บทสรรเสริญ พระธรรมคุณ (ธัมมานุสติ) – Recollection of the Dhamma (Doctrine)

เป็นการสวดเพื่อระลึกถึงคุณของพระธรรม 6 ประการ – 6 Attributes of the Dhamma

1. สวากขาโต ะคะวา ธัมโม - (พระธรรม เป็นสิ่งที่พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสไว้ดีแล้ว)

Svākkhāto bhagavatā dhammo - Dhamma is well expounded by the Blessed One,

2. สันทิฏฐิโก - (เป็นสิ่งที่ผู้ศึกษาและปฏิบัติ พึงเห็นได้ด้วยตนเอง)

Sanditthiko - Sanditthiko - visible here and now, immediate

3. ะกาลิโก - (เป็นสิ่งที่ปฏิบัติได้ และให้ผลได้ไม่จำกัดกาล)

Akāliko - timeless, unconditioned by time or season,

4. เอหิภัสสิโก - (เป็นสิ่งที่ควรกล่าวแก่ผู้อื่นว่าท่านจงมาดูเถิด)

Ehipassiko - inviting everybody to come and see to experience results of the Teachings,

5. โอปะนยิโก - (เป็นสิ่งที่ควรน้อมเข้ามาใส่ตัว)

Opanayiko - leading inwards, peace within mind, to Nippana (Nirvana)

6. ปัจจัตตัง เวทิตัพโพ วิญญูหิติ - (เป็นสิ่งที่ผู้รู้ พึงรู้ได้เฉพาะตน ดังนี้ ฯ)

paccattam veditabbo vinnuhiti - can be attained individually by the wise.

กราบ (prostrate once)

บทสรรเสริญ พระสังฆคุณ (สังฆานุสติ) – Recollection of the Sangha

เป็นการสวดเพื่อระลึกถึงคุณของพระอริยสงฆ์ 9 ประการ – 9 Attributes of the Sangha

1. สุปะฏิปันโน ะคะวะโต สาวะกะสังโฆ - (สงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาคเจ้าหมู่ใด ปฏิบัติดีแล้ว)

Supatipanno bhagavato sāvaka-sangho,

The Sangha of the Bhagavā's disciples is practicing well,

2. อุชุปฏิปันโน ะคะวะโต สาวะกะสังโฆ - (สงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาคเจ้าหมู่ใด ปฏิบัติตรงแล้ว)

Uju-patipanno bhagavato sāvaka-sangho,

The Sangha, the Blessed One's disciples who have practiced straight,

3. ญายะฏิปันโน ะคะวะโต สาวะกะสังโฆ - (สงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาคเจ้าหมู่ใด ปฏิบัติเพื่อรู้ธรรมเป็นเครื่องออกจากทุกข์แล้ว)

Nāya-patipanno bhagavato sāvaka-sangho,

The Sangha, the Blessed One's disciples who have practiced insightfully,

4. สามิจิปฏิปันโน ะคะวะโต สาวะกะสังโฆ - (สงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาคเจ้าหมู่ใด ปฏิบัติสมควรแล้ว)

Sāmīci-patipanno bhagavato sāvaka-sangho,

The Sangha, the Blessed One's disciples who have practiced with integrity,

Yadidam - That is

The four pairs, the eight kinds of noble beings; (explanation below*)

กราบ (prostrate once)

<p> ၁. ပြာဇာနိတကဏ္ဍကောသလ၊ ကောလိန္ဒပုဗ္ဗသုတ္တံ ၁. ပြာဇာနိတကဏ္ဍကောသလ၊ ကောလိန္ဒပုဗ္ဗသုတ္တံ ၁. ပြာဇာနိတကဏ္ဍကောသလ၊ ကောလိန္ဒပုဗ္ဗသုတ္တံ </p>	<p> ဂုတ္တိနာဝဂီတဌာပီ သုတ္တိနာဝဂီတဌာပီ ဟံဗလိနာဝဂီတဌာပီ </p>	<p> ခုဇိတဗျူဟဂုတ္တိနာဝဂီတဌာပီ ခုဇိတဗျူဟသုတ္တိနာဝဂီတဌာပီ ခုဇိတဗျူဟဟံဗလိနာဝဂီတဌာပီ </p>	<p> ဇာဇိတဗျူဟဂုတ္တိနာဝဂီတဌာပီ ဇာဇိတဗျူဟသုတ္တိနာဝဂီတဌာပီ ဇာဇိတဗျူဟဟံဗလိနာဝဂီတဌာပီ </p>
--	--	---	---

[illegible]

ผู้ฟังและปฏิบัติตามคำสอนของพระพุทธเจ้าจนสามารถละกิเลสเป็นพระอริยบุคคลขั้นใดขั้นหนึ่งใน 8 ขั้น หรือ 4 คู่ คือ

- **ไสตាប់ตติมรรค – ไสตាប់ตติผล,**
- **สภากาต้ามิมรรค - สภากาต้ามิผล,**
- **อนาคาต้ามิมรรค - อนาคาต้ามิผล,**
- **อรรหัตตมิมรรค - อรรหัตตมิผล**

- sotapanna (stream-enterer) - (1) the path to stream-entry; (2) the fruition of stream-entry
- sakadagami (once-returner) - (3) the path to once-returning ; (4) the fruition of once-returning
- anagami (non-returner) - (5) the path to non-returning ; (6) the fruition of non-returning
- arahant (worthy one) - (7) the path to arahantship ; (8) the fruition of arahantship

1. ปาณาติปาตา เวระมะณี สิกขาปะหัง สะมาทิยามิ

Panatipata veramani sikkhapadangsamadiyami

I undertake the precept to refrain from destroying living beings

2. อะทินนาทานา เวระมะณี สิกขาปะหัง สะมาทิยามิ

Adinnadana veramani sikkhapadangsamadiyami

I undertake the precept to refrain from taking that which is not given

3. กาเมสุมิจฉาคารา เวระมะณี สิกขาปะหัง สะมาทิยามิ

Kamesu micchacara veramani sikkhapadang samadiyami

I undertake the precept to refrain from sexual misconduct

4. มุสาวาทา เวระมะณี สิกขาปะหัง สะมาทิยามิ

Musavada veramani sikkhapadang samadiyami

I undertake the precept to refrain from false speech

5. สุราเมระยะมัชชะปะมาทัฏฐานา เวระมะณี สิกขาปะหัง สะมาทิยามิ

Suramerayamajja pamadatthana veramani sikkhapadang samadiyami

I undertake the precept to refrain from intoxication leading to carelessness



METTĀ — GOOD WILL (for and to oneself)

อะหัง สุขีโต โหมิ	Ahang sukhito homi	May I be happy
อะหัง นิททุกโข โหมิ	Ahang Niddukkho homi	May I be free from stress & pain
อะหัง อะเวโร โหมิ	Ahang Avero homi	May I be free from hatred
อะหัง อภัยาปัชโณ โหมิ	Ahang Abyāpajjho homi	May I be free from oppression
อะหัง อะนีโฆ โหมิ	Ahang Anīgho homi	May I be free from trouble
อะหัง สุขี อัตตานัง परिहरามิ	Ahang Sukhī attānang pariharāmi	May I look after myself with ease

METTĀ — GOOD WILL (for and to others)

สัพเพ สัตตา สุขिता โหนตุ	Sabbe sattā sukhitā hontu	May all living beings be happy
สัพเพ สัตตา อะเวรา โหนตุ	Sabbe sattā averā hontu	May all living beings be free from hatred
สัพเพ สัตตา อภัยาปัชฌา โหนตุ	Sabbe sattā abyāpajjhā hontu	May all living beings be free from oppression
สัพเพ สัตตา อะนีฆา โหนตุ	Sabbe sattā anīghā hontu	May all living beings be free from trouble
สัพเพ สัตตา สุขี อัตตานัง परिहरันตุ	Sabbe sattā sukhī attānang pariharantu	May all living beings look after themselves with ease

KARUṆĀ — COMPASSION

สัพเพ สัตตา สัพพะทุกขา ปะมุจจันตุ	Sabbe sattā sabba-dukkhā pamuccantu	May all living beings be freed from all stress & pain
-----------------------------------	-------------------------------------	---

MUDITĀ — APPRECIATION

สัพเพ สัตตา ลัทธะสัมปัตติโต มาวิมุจจันตุ	Sabbe sattā laddha-sampattito mā vigacchantu	May all living beings not be deprived of the good fortune they have attained
--	--	--

UPEKKHĀ — EQUANIMITY

สัพเพ สัตตา กัมมัสสะกา กัมมะทายาทา กัมมะโยนิ กัมมะพันธุ กัมมะปะฐีสระณา	Sabbe sattā kammassakā kamma-dāyādā kamma-yonī kamma-bandhū kamma-paṭisaraṇā	All living beings are the owners of their actions, heir to their actions, born of their actions, related through their actions, and live dependent on their actions
ยัง กัมมัง ะริสสันติ กัลยาณัง วา ปาปะกัง วา ตัสสะ ทายาทา ะวิสสันติ	Yang kammang karissanti kalyāṇang vā pāpakang vā tassa dāyādā bhavissanti	Whatever they do, for good or for evil, to that will they fall heir

พาหุสหัสส สมะภินิมิตตสาวุธันตัง ครีเมขลัง อุทิตะโฆ ระสะเสนะมารัง ทานาถัมมะวิธีนา
ขิตะวา มุนินโท ตันเตชะสา ภาวะตุ เต ชะยะมังคะลานิ

*Bāhūṅ sahaṣṣam-abhinimmita-sāvudhantāṅ Grīmekhalāṅ udita-ghora-sasena-māraṅ Dānādi-
dhamma-vidhinā jitavā munindo Tan-tejasā bhavatu te jaya-maṅgalāni*

Creating a form with 1,000 arms, each equipped with a weapon, Mara, on the elephant Girimekhala, uttered a frightening roar together with his troops. The Lord of Sages defeated him by means of such qualities as generosity: By the power of this, may you have victory blessings.

มาราติเร กะมะภियขณิตะสัพพะรัตติง โฆรัมปะนาฬะวะกะมักขะมะถัทธะยักขัง
ขันตีสุหันทะวิธีนา ขิตะวา มุนินโท ตันเตชะสา ภาวะตุ เต ชะยะมังคะลานิ

*Mārātirekamma Ghorampan'āḷavaka-makkham-athaddha-yakkhaṅ Khantī-sudanta-vidhinā jitavā
munindo Tan-tejasā bhavatu te jaya-maṅgalāni*

Even more frightful than Mara making war all night Was Āḷavaka, the arrogant unstable ogre. The Lord of Sages defeated him by means of well-trained endurance: By the power of this, may you have victory blessings.

นาฬาคิริง คะชะวะรัง อะติมัตตะภูตัง ทาวัคคิจักกะมะสะนีวะ สุทารุณันตัง
เมตตัมพุเสกะวิธีนา ขิตะวา มุนินโท ตันเตชะสา ภาวะตุ เต ชะยะมังคะลานิ

*Nāḷāgiring gaja-varaṅ atimattabhūtaṅ Dāvaggi-cakkam-asaṇīva sudāruṇantaṅ
Mett'ambuseka-vidhinā jitavā munindo Tan-tejasā bhavatu te jaya-maṅgalāni*

Nāḷāgiri, the excellent elephant, when maddened, Was very horrific, like a forest fire, a flaming discus, a lightning bolt. The Lord of Sages defeated him by sprinkling the water of good will: By the power of this, may you have victory blessings.

อุกขิตตะขัคคะมะติหัตถะสุทารุณันตัง ธาวันติโยชะนะปะถังคุลีมาละวันตัง
อิทธีสิสังขตะมะโน ขิตะวา มุนินโท ตันเตชะสา ภาวะตุ เต ชะยะมังคะลานิ

*Ukkhitta-khaggam-atihattha sudāruṇantaṅ Dhāvan-ti-ti-yojana-path'aṅguli-mālavantaṅ
Iddhībhisaṅkhata-mano jitavā munindo Tan-tejasā bhavatu te jaya-maṅgalāni*

Very horrific, with a sword upraised in his expert hand, Garlanded-with-Fingers ran three leagues along the path. The Lord of Sages defeated him with mind-fashioned marvels: By the power of this, may you have victory blessings.

กัตตะวานะ กัฏฐะมูทะรัง อิวะ คัพภินียา จิญจายะ ทุฏฐะวะจะนัง ชะยะกายะมัชเณ
สันเตนะ โสมะวิธีนา ขิตะวา มุนินโท ตันเตชะสา ภาวะตุ เต ชะยะมังคะลานิ

*Katvāna kaṭṭham-udaraṅ iva gabbhinīyā Ciñcāya duṭṭha-vacanāṅ jana-kāya-majjhe Santena soma-
vidhinā jitavā munindo Tan-tejasā bhavatu te jaya-maṅgalāni*

Having made a wooden belly to appear pregnant, Ciñca made a lewd accusation in the midst of the gathering. The Lord of Sages defeated her with peaceful, gracious means: By the power of this, may you have victory blessings.

มหาการุณิโก นาโถ หิตายะ สัพพะปาณินัง ปุเรตวาปารมมี
สัพพา ปัตโต สัมโพธิมุตตะมัง เอเตนะ สัจจะวัชเชนะ โหตุ เต ชะยะมังคะลังฯ
Mahā-kāruṇiko nātho Hitāya sabba-pāṇinang Pūretvā pāramī
sabbā Patto sambodhim-uttamang Etena sacca-vajjena Hotu te jaya-maṅgalang

(The Buddha), our protector, with great compassion, For the welfare of all beings, Having fulfilled all the perfections, Attained the highest self-awakening. Through the speaking of this truth, may you have a victory blessing

ชนะันโต โพธิยา มุเล สักยานัง นันทิวัทธมโน เอวံ ตะวัง วิชะโย โหหิ ชะยัสสุ ชะยะมังคะเล
Jayanto bodhiyā mūle Sakyānang nandi-vaḍḍhano Evam tvam vijayo hohi Jayassu jaya-maṅgale

Victorious at the foot of the Bodhi tree, Was he who increased the Sakyans' delight. May you have the same sort of victory, May you win victory blessings

อะปะราชิตะปัลลังเก สีเส ปะฐะวีโปกขะเร อะภิเสเก สัพพะ พุทธาณัง อัคคัปปัตโต ปะโมหะติฯ
Aparājita-pallaṅke Sīse paṭṭhavi-pokkhare Abhiseke sabba-buddhānang Aggappatto pamodati

At the head of the lotus leaf of the world On the undefeated seat Consecrated by all the Buddhas, He rejoiced in the utmost attainment

สุนักขัตตัง สุมังคะลัง - *Sunak khattang sumangalang* – the time of good deeds: auspicious time
สุปะภาตัง สุกกุฏีตัง - *Supa-bhātang suhut-thitang* – bright, lucky dawn
สุชะโณ สุมหุตโต จะ - *Sukhano sumuhutto ca* – and lucky moment
สุยิตฺถัง พรหมะ จาริส - *Suyitthang brahmma cārīsu* – right worship
ปะทักขิณัง กายะกัมมัง - *Padak-khinang kāya kammang* – auspicious bodily acts
วาจา กัมมัง ปะทักขิณัง - *Vācā kammang padak-khinang* – auspicious speech
ปะทักขิณัง มโนกัมมัง - *Padak-khinang mano kammang* – auspicious mind
ปะณิธิ เต ปะทักขิณา - *Panidhī te padak-khinā* – auspicious intentions
ปะทักขิณานิ กัตวานะ - *Padak-khināni katvāna* – for those who perform auspicious deeds
ละภันตัตถะ ปะทักขิเณ - *Labhang-tatthe pada-khine* – always obtain benefits and happiness.

ภะวะตุ สัพพะมังคะลัง รักขันตุ สัพพะเทวะตา
สัพพะพุทฺธา นุภาเวนะ สะทา โสตถิ ภะวันตุ เม*
Bhavatu sabba mangalang-rakkhantu sabba devatā
sabba Buddhānu bhāvena-sadā sotthī bhavantu me, (me= mine / te= yours)

May all auspicious things be mine, may I (you) be protected by all devas,
with the power of the Bhudda, may all blessings be mine (yours).

ภะวะตุ สัพพะมังคะลัง รักขันตุ สัพพะเทวะตา
สัพพะธัมมา นุภาเวนะ สะทา โสตถิ ภะวันตุ เม*
Bhavantu sabba mangalang-rakkhantu sabba devatā
sabba Dhammānu bhāvena-sadā sotthī bhavantu me. (me= mine / te= yours))

May all auspicious things be mine, may I be protected by all devas,
with the power of the Dhamma, may all blessings be mine (yours)

ภะวะตุ สัพพะมังคะลัง รักขันตุ สัพพะเทวะตา
สัพพะสังฆา นุกาเวนะ สะทา โสตถิ ภะวันตุ เม*

*Bhavatu sabba mangalang-rakkhantu sabba devatā
sabba Sanghānu bhāvena-sadā sotthī bhavantu me. (me= mine / te= yours))*

May all auspicious things be mine, may I be protected by all devas,
with the power of the Sangha, may all blessings be mine (yours).

ถ้าสวดให้คนอื่นใช้คำว่า เต สวดให้ตัวเองใช้คำว่า เม (เต แปลว่าท่าน - เม แปลว่าข้าพเจ้า)

MAṄGALA SUTTA - THE DISCOURSE ON GOOD FORTUNE - มงคลสูตร

[เอวัมเม สุตัง] เอกัง สะมะยัง ภะคะวา สāvัตถิยัง วิหะระติ เขตตะวะเน อะนาถะปิณฑิกัสสะ อารามะ
[Evam-me sutang] Ekang samayang Bhagavā, Sāvattthiyang viharati Jetavane Anāthapiṇḍikassa ārāme

I have heard that at one time the Blessed One was staying in Savatthi at Jeta's Grove, Anathapindika's monastery.

อะถะ โข อัญญะตะรา เทวะตา อะภิกกันตายะ รัตติยา อะภิกกันตะวัณณา เกวะละกัปปัง เขตตะวะนัง โอบาเสตะ
วา เยนะ ภะคะวา เตนุปะสังกะมิ
*Atha kho aṅgikatarā devatā, abhikkantāya rattiyā abhikkanta-vaṇṇā kevala-kappang Jetavanang obhāsetvā
yena Bhagavā ten'upasaṅkami*

Then a certain devata, in the far extreme of the night, her extreme radiance lighting up the entirety of Jeta's Grove,
approached the Blessed One.

อุปะสังกะมิตวา ภะคะวันตัง อะภิวาเทตวา เอกะมันตัง อัฏฐาสี
Upasaṅkamitvā Bhagavantang abhivādetvā ekamantang aṭṭhāsi

On approaching, having bowed down to the Blessed One, she stood to one side.

เอกะมันตัง ฐิตา โข ส่า เทวะตา ภะคะวันตัง คากายะ อัชฌะภาสี
Ekam-antang ṭhitā kho sā devatā Bhagavantang gāthāya ajjhabhāsi

As she was standing there, she addressed a verse to the Blessed One

"พะหุ เทวา มะนุสสา จะ มังคะลานิ อะจินตะยุง มานา โสถถานัง พรุหิ มังคะละมุตตะมัง
"Bahū devā manussā ca maṅgalāni acintayung Ākaṅkhamānā sotthānang brūhi maṅgalam-uttamang"

"Many devas & human beings give thought to good fortune, desiring well-being. Tell, then, the highest good
fortune."

"อะเสวะนา จะ พาลานัง ปิณฑิตานัญจะ เสวะนา ปุชา จะ ปุชะนียานัง เอตัมมังคะละมุตตะมัง
"Asevanā ca bālānang paṇḍitānañca sevā Pūjā ca pūjanīyānang etam-maṅgalam-uttamang

"Not consorting with fools, consorting with the wise, Paying homage to those who deserve homage: This is the
highest good fortune.

ปะฏิรูปะเทสะวาโส จะ ปุพเพ จะ กะตะปุญญะตา อัตตะสัมมาปะณิธิ จะ เอตัมมังคะละมุตตะมัง
Paṭirūpa-desa-vāso ca pubbe ca kata-puṇṇatā Atta-sammā-paṇidhi ca etam-maṅgalam-uttamang

Living in a civilized country, having made merit in the past, Directing oneself rightly: This is the highest good fortune.

พาหุสัจจะญจะ สิปปัญจะ วินะโย ตะ สุลิกขิโต สุภาสิตา จะ ยา วาจา เอตัมมังคะละมุตตะมัง
Bāhu-saccañca sippañca vinayo ca susikkhito Subhāsita ca yā vācā etam-maṅgalam-uttamang

Broad knowledge, skill, and discipline well-mastered, Words well-spoken: This is the highest good fortune.

Support for one's parents, assistance to one's wife & children, Jobs that are not left unfinished: This is the highest good fortune.

Generosity, living by the Dhamma, assistance to one's relatives, Deeds that are blameless: This is the highest good fortune.

Avoiding, abstaining from evil; refraining from intoxicants, Being heedful with regard to qualities of the mind: This is the highest good fortune.

Respect, humility, contentment, gratitude, Hearing the Dhamma on timely occasions: This is the highest good fortune.

Patience, compliance, seeing contemplatives, Discussing the Dhamma on timely occasions: This is the highest good fortune.

Austerity, celibacy, seeing the Noble Truths, Realizing Liberation: This is the highest good fortune.

A mind that, when touched by the ways of the world, is unshaken, sorrowless, dustless, secure: This is the highest good fortune.

Everywhere undefeated when doing these things, People go everywhere in well-being: This is their highest good fortune."

Mangala Sutta in Akhara Khom Writing

กระระถึยะมัตถะกุสะเลนะ ยันตัง สันตัง ปะทัง อะภิสะเมจจะ
 สักโก อุชฺฐ จะ สุหฺมฺฐ จะ สุวะโจ จัสสะ มฺหฺ อณะตฺมานิ
Karaṇīyam'atthakusalena Yaṇ taṇ santaṇ padaṇ abhisamecca:
Sakko ujū ca sūjū ca, Suvaco cassa mudu anatimānī

He who is skilful in his welfare, and wishes to attain that state of Peace should act thus:
 He should be capable [of practice], Upright and very upright, Easy to instruct, gentle, and not arrogant

สันตฺสสะโก จะ สุภะโร จะ อัปปะกิจโจ จะ สัลลหะหุกะวุตติ
 สันตินทริโย จะ นิปะโก จะ อัปปะคัพโภ กุเลสุ อณะนคฺทโธ
Santussako ca subhāro ca, Appakicco ca sallahukavutti,
Santindriyo ca nipako ca, Appagabbho kulesu ananugiddho

Content and easy to support, with few duties, of simple lifestyle,
 with senses calmed and prudent, courteous and not overly attached to families

นะ จะ ขุททัง สะมาจะเร กิณฺณิ เยนะ วิญญู ปะเร อุปะวะเทยฺยง
 สุขิโน วา เขมิโน โหนตุ สัพเพ สัตตา ภะวันตุ สุขิตตฺตา
Na ca khuddaṇ samācare kiṇṇi Yena viññū pare upavadeyyuṇ
Sukhino'va khemino hontu Sabbe sattā bhavantu sukhittā

And should not commit the slightest wrong for which wise men may rebuke him.
 (Thus should meditate:) 'May all beings be well and safe. May they be happy'

เย เกจิ ปาณะภูตฺตติ ตะสา วา ถาวะรา วา อณะวะเสสา
 ทิฆา วา เย มะหันทา วา มัชฌิมา รัสสะกา อะณุกะถุลา
Ye keci pāṇabhūtatthi Tasā vā thāvarā vā anavasesā
Dīghā vā ye mahantā vā Majjhimā rassak'āṇukathulā

Whatever living beings there may be, weak or strong, without exception,
 long, large, or middle-sized, short, small, or bulky;

ทิฏฺฐา วา เย จะ อะทิฏฺฐา เย จะ ทฺวเร ะสันติ อะวิทฺวเร
 ภูตา วา สัมภะเวสี วา สัพเพ สัตตา ภะวันตุ สุขิตตฺตา
Dīṭṭhā vā yeva adīṭṭhā Ye ca dūre vasanti avidūre
Bhūtā vā sambhavesī vā Sabbe sattā bhavantu sukhittā

Those seen or those unseen, those dwelling far or near,
 those born as well as those seeking rebirth: May all beings be happy

นะ ปะโร ปะรัง นิคุพเพละ นาติมฺญญะถะ กัตถะจิ นัง กิณฺณิ
 พยาโรสะนา ปะฐิฆะสัณฺญา นาญญะมฺญญัสสะ ทฺกขะมิจเจยฺย
Na paro paraṇ nikubbetha Nātimaññetha katthaci naṇ kañci
Byārosanā paṭighasaññā Nāññamaññassa dukkhamiccheyya

May no one deceive another, nor despise anyone anywhere.
 In anger or ill-will may they not wish each other harm

มาตา ยะถา นิยัง ปุตตัง आयุสา เอกะปุตตะมะนุรักฺเข
 เอวํปิ สัพพะภูเตสุ มานะสัมภาวะเย อะปะริมาณัง
Mātā yathā niyaṇ puttāṇ Āyusā ekaputtamanurakkhe
Evampi sabbabhūtesu Mānasaṇ bhāvaye aparimāṇaṇ

Just as a mother would protect her only child with her life,
 even so let one cultivate a boundless mind towards all beings

เมตต์ญจะ สัพพะโลกัสมิมี มานะสัมภาวะเย อะปะริมาณัง
อุทกัง อะโธ จะ ติริยัญจะ อะสัมพาหัง อะเวรัง อะสะปัดตัง
Mettañca sabbalokasmiṃ Mānaṣaṃ bhāvaye aparimāṇaṃ
Uddhaṃ adho ca tiriyañca Asambādhāṃ, averaṃ, asapaṭṭaṃ

Let one cultivate a boundless mind of friendliness (mettā) for the entire world;
above, below and across; unhindered without hatred, without enmity

ติฏฐัญจะรัง นิสินโน วา สะยาโน วา ยาวะตัสสะ วิคะตะมัทโธ
เอตัง สะติง อะธิฏเฐยยะ พหฺมะเมตัง วิหารัง อิธมาหุ
Tiṭṭhaṇ caṇaṇ nisinno vā Sayāno vā yāvatassa vigatamiddho
Etaṇ satin adhiṭṭheyya Brahmametaṇ vihāraṇ idhamāhu

Whether one stands, walks, sits or lies down, as long as one is awake,
one should sustain this mindfulness [of mettā]. This is called here [in the Buddha's Teaching]
the 'Divine Living'

ทิฏฐิณฺจะ อะนุปะคัมมะ สีละวาทสสะเนนะ สัมปันโน
 กาเมสุ วิเนยฺยา เกดฺหํ นา หิ จātu กัมฺมเฮยฺยัง ปุณเรตฺติตฺยา
Diṭṭhiṇca anupaggamma sīlavā Dassanena sampanno
Kāmesu vineyya gedhaṇa na hi jātu gabbhaseyyaṇa punareṭṭiya

And not holding to [wrong] view, being virtuous,
endowed with right vision and discarding desire for sensual pleasures,
one surely never again will be reborn in a womb

[illegible]

ขคควิสาณสูตร ตติย - พระไตรปิฎก เล่มที่ ๒๕ พระสุตตันตปิฎก เล่มที่ ๑๗ ขุททกนิกาย ขุททกปาฐะ-ธรรมบท-อุทาน-อิติวุตตกะ-สุตตนิบาต

[๒๙๖] |๒๙๖.๔๕๘| สพเพสุ ภูเตสุ นิธาย ทณฺห์
อวิหฺเรยฺยํ อญฺญตรมปิ เตสํ
น ปุตตมิจฺเฌยฺย กุโธ สหํ
เอโก จเร ขคควิสาณกปิโป ฯ

บุคคลวางอาชญาในสัตว์ทั้งปวงแล้ว ไม่เบียดเบียนบรรดา
สัตว์เหล่านั้นแม้ผู้ใดผู้หนึ่งให้ลำบาก ไม่พึงปรารถนาบุตร
จะพึงปรารถนาสหายแต่ที่ไหน
พึงเที่ยวไปผู้เดียว เหมือนนอแรด ฉะนั้น

Renouncing violence towards all living beings,
harming not even one, you would not wish for as an offspring;
so how a companion?
wander alone like the one horned rhinoceros.

|๒๙๖.๔๕๙| สัสสคฺคชาตสฺส กวนฺติ เสนหา
เสนหํวํ ทุกฺขมิตํ ปิโหติ
อาทินํ เสนหํ เปกฺขมาโน
เอโก จเร ขคควิสาณกปิโป ฯ

ความเยื่อใยย่อมมีแก่บุคคลผู้เกี่ยวข้องกัน ทุกขนี้ย่อมเกิดขึ้นตาม
ความเยื่อใย บุคคลเล็งเห็นโทษอัน เกิดแต่ความเยื่อใย
พึงเที่ยวไปผู้เดียว เหมือนนอแรด ฉะนั้น

For a sociable person there are allurements;
on the heels of allurement follows pain.
Seeing allurement's drawback,
wander alone like the one horned rhinoceros.

|๒๙๖.๔๖๐| มิตฺเต สฺหฺชเช อญฺญมฺปมาโน
หาเปติ อตฺถํ ปฏฺิพทฺวจิตฺโต
เอตํ ภยํ สนฺถวเปกฺขมาโน
เอโก จเร ขคควิสาณกปิโป ฯ

บุคคลอนุเคราะห์มิตรสหายเป็นผู้มีจิตปฏิพัทธ์แล้ว
ชื่อว่าย่อมยังประโยชน์ให้เสื่อม บุคคลเห็นภัย คือ การยัง
ประโยชน์ให้เสื่อมในการเชยชิดนี้
พึงเที่ยวไปผู้เดียวเหมือน นอแรด ฉะนั้น

One whose mind is enmeshed in sympathy
for friends and companions, neglects the true goal.
Seeing this danger in intimacy,
wander alone like the one horned rhinoceros.

|๒๙๖.๔๖๑| วิโส วิสาโล ว ยถา วิสฺตโต
ปุตฺเตสุ ทาเรสุ จ ยา อเปกฺ
ขา วิสาโกพีโร ว อสฺสชฺมาโน
เอโก จเร ขคควิสาณกปิโป ฯ

บุคคลข้องอยู่แล้ว ด้วยความเยื่อใย
ในบุตรและภริยา เหมือนไม้ไผ่กอใหญ่เกี่ยวก่ายกัน ฉะนั้น
บุคคลไม่ข้องอยู่เหมือนหน่อไม้ พึงเที่ยวไป
ผู้เดียว เหมือน นอแรด ฉะนั้น

Like spreading bamboo, entwined,
is concern for offspring and spouses.
Like a bamboo sprout, un-entangling,
wanders alone like the one horned rhinoceros.

๒๙๖.๔๖๒	<p>มีโค อรณณมहि ยถา อพฺนโธ เยนิจฺฉํ คจฺฉติ โคจฺราย วิญญู นโร เสริตํ เปกฺขมาโน เอโก จเร ขคฺคฺวิสาณกปโป ฯ</p>	<p>เนื้อในป่าที่บุคคลไม่ผูกไว้แล้ว ย่อมไป หากินตามความปรารถนา ฉนฺได นรชนผู้รู้แจ้ง พึ่งความ ประพฤติดิตตามความพอใจของตน พึ่งเที่ยวไปแต่ผู้เดียว เหมือนนอแรด ฉะนั้น</p> <p>As a deer in the wilds, unfettered, goes for forage wherever it wants: the wise person, valuing freedom, wanders alone like the one horned rhinoceros.</p>
๒๙๖.๔๖๓	<p>อามนฺตนา โหติ สหายมฺขุเม วาเส ฐาเน คมเน จาริกาย อนภิชฺฉิตํ เสริตํ เปกฺขมาโน เอโก จเร ขคฺคฺวิสาณกปโป ฯ</p>	<p>การปรึษาในที่อยู่ ที่ยืน ในการไป ในการเที่ยวย่อมมีในท่ามกลางแห่งสหาย บุคคลพึ่งความ ประพฤติดิตตามความพอใจ ที่พวกบุรุษชั่วไม่พึงเล็งแล้ว พึ่งเที่ยวไปผู้เดียว เหมือนนอแรด ฉะนั้น</p> <p>In the midst of companions — when staying at home, when going out wandering — you are prey to requests. Valuing the freedom wander alone like the one horned rhinoceros</p>
๒๙๖.๔๖๔	<p>จิฑฺฐา รติ โหติ สหายมฺขุเม ปฺตฺเตสฺ จ วิปุลํ โหติ เปมํ ปิยวิปฺปิยํ วิชิคฺฉจฺฉมาโน เอโก จเร ขคฺคฺวิสาณกปโป ฯ</p>	<p>การเล่น การยินดี ย่อมมีในท่ามกลางแห่งสหาย อนึ่ง ความรักที่ ยิ่งใหญ่ย่อมมีในบุตรทั้งหลาย บุคคลเมื่อเกลียดชังความพลัดพราก จากสัตว์และสังขารอันเป็นที่รัก พึ่งเที่ยวไป ผู้เดียว เหมือนนอแรด ฉะนั้น</p> <p>There is sporting and love in the midst of companions, and abundant fondness for offspring. Feeling disgust at the prospect of parting from those who'd be dear, wander alone like the one horned rhinoceros.</p>
๒๙๖.๔๖๕	<p>จาตุทฺทิสํ อปฺปฏิโม จ โหติ สนฺตฺสสมานํ อิตฺริตฺเรน ปริสฺสุยานํ สหิตา อณฺภิ เอโก จเร ขคฺคฺวิสาณกปโป ฯ</p>	<p>บุคคลย่อมเป็นอยู่ตามสบาย ในทิศทั้งสี่และไม่เดือดร้อน ยินดีด้วย ปัจจัยตามมีตามได้ ครองบำเสียดซึ่งอันตราย ไม่หวาดเสียว พึ่งเป็นผู้เที่ยวไปผู้เดียว เหมือนนอแรด ฉะนั้น</p> <p>Without resistance in all four directions, content with whatever you get, enduring troubles with no dismay, wander alone like the one horned rhinoceros.</p>
๒๙๖.๔๖๖	<p>ทฺสฺสงคฺหา ปพฺพชิตาปี เอเก อโถ คณฺฐา ฆรมาวสนฺดา อปฺโปสฺสุโก ปฺรปฺตฺเตสฺ หุตฺวา เอโก จเร ขคฺคฺวิสาณกปโป ฯ</p>	<p>แม้บรรพชิตบางพวก ก็สงเคราะห์ได้ยาก อนึ่ง คฤหัสถ์ผู้อยู่ครอง เรือนสงเคราะห์ ได้ยาก บุคคลเป็นผู้มีความขวนขวายน้อยในบุตร ของผู้อื่น พึ่งเที่ยวไปผู้เดียว เหมือนนอแรด ฉะนั้น</p> <p>They are hard to please, some of those gone forth, as well as those living the household life. Shedding concern for these offspring of others, wander alone like the one horned rhinoceros</p>

|๒๙๖.๔๖๗|

โอโรปิยตฺวา คิหิพญฺชนานิ
สญฺฉินฺนปตฺโต ยถา โกวิฬารโ
เจตฺวาน อีโร คิหิพญฺชนานิ
เอโก จเร ขคฺควิสาณกฺปิโป ฯ

นักปราชญ์ละเหตุ อันเป็นเครื่องปรากฏแห่งคุณหัสต์
จุดต้นทองหลางมีใบ ร่วงหล่น ตัดเครื่องผูกแห่งคุณหัสต์ได้แล้ว
พึงเที่ยวไป ผู้เดียว เหมือนนอแรดฉะนั้น

Cutting off the householder's marks,
like a kovilara tree that has shed its leaves,
the prudent one, cutting all household ties,
wander alone like the one horned rhinoceros.

|๒๙๖.๔๖๘|

สเจ ลเภถ นิปํกํ สหายํ
สทฺธิจฺรํ สาธฺวิริธฺรํ
อภิกฺขุยฺย สพฺพานิ ปริสุสฺยานิ
จเรยฺย เตนตฺตมโน สติมา ฯ

ถ้าว่าบุคคลพึงได้สหาย ผู้มีปัญญาเครื่องรักษาดน ผู้เที่ยวไปร่วมกัน
ได้ มีปรกติอยู่ด้วยกรรมดี เป็นนักปราชญ์ไซ้ร้ พึงครอบงำอันตราย
ทั้งปวง เป็นผู้มั่งใจชื่นชม มีสติ เที่ยวไปกับสหายนั้นหากว่าบุคคลไม่
พึงได้สหายผู้มีปัญญาเครื่องรักษาดน ผู้เที่ยว ไปร่วมกันได้ มีปรกติ
อยู่ด้วยกรรมดี เป็นนักปราชญ์ไซ้ร้ พึงเที่ยวไปแต่ผู้เดียว
ดุจพระราชาทรงละแว่นแคว้นอัน

|๒๙๖.๔๗๐|

อทุธา ปสํสาม สหายสมฺปทํ
เสฏฺฐา สมา เสวิตพฺพา สหายา
เอเต อลทุธา อนวชฺชโกชํ
เอโก จเร ขคฺควิสาณกฺปิโป ฯ

พระองค์ทรงชนะแล้วเสด็จไปแต่ผู้เดียว ดุจช้างชื่อมาดังคะ ละโขลง
เที่ยวอยู่ในป่าแต่ผู้เดียว ฉะนั้น
เราย่อมสรรเสริญ สหายผู้ถึงพร้อมด้วยศีลขันธเป็นต้น พึงคบสหาย
ผู้ประเสริฐ สุด ผู้เสมอกัน กุลบุตรไม่ได้สหายผู้ประเสริฐสุดและผู้
เสมอกันเหล่านี้แล้ว พึงเป็นผู้บริโกศโกชนะไม่มีโทษ
เที่ยวไปผู้เดียว เหมือนนอแรด ฉะนั้น

If you gain a mature companion, a fellow traveler, right-living
and wise, overcoming all dangers go with him, gratified,
mindful.

If you don't gain a mature companion, a fellow traveler, right-
living and wise, wander alone like a king renouncing his
kingdom,

like the elephant in the Matanga wilds, his herd.

We praise companionship — yes!

Those on a par, or better, should be chosen as friends.

If they're not to be found, living faultlessly,

wander alone like the one horned rhinoceros.

|๒๙๖.๔๗๑|

ทิสฺวา สุวณฺณสุสฺส ปกฺสสรานิ
กมฺมารปฺตเตน สฺนิจฺจิตานิ
สงฺฆมฺภฺมานานิ ทฺเว ฤษฺสมี
เอโก จเร ขคฺควิสาณกฺปิโป ฯ

บุคคลแลดู กำไลทองทั้งสองอันงามผุดผ่อง ที่บุตรแห่งนายช่างทอง
ให้ สำเร็จด้วยดีแล้ว กระทบกันอยู่ในข้อมือ พึงเที่ยวไปผู้เดียว
เหมือนนอแรด ฉะนั้น

Seeing radiant bracelets of gold, well-made by a smith,
clinking, clashing, two on an arm,
wander alone like the one horned rhinoceros

|๒๙๖.๔๗๒|

เอว่ ทูติเยน สหามมสุส
วาจาภิลาโป อภิสขุขนา วา
เอตํ ภยํ อายติ เปกขมาโน
เอโก จเร ขคฺควิสาณกปิโป ฯ

การที่เราจะพึงพูดจากับพระกุมารที่สอง หรือการข้องอยู่ด้วยอำนาจ
แห่งความเยื่อใย พึงมีได้ดังนี้ บุคคลเล็งเห็นภัยนี้ในอนาคต
พึงเที่ยวไป ผู้เดียว เหมือนนอแรด ฉะนั้น

"In the same way, if I were to live with another,
there would be careless talk or abusive."
Seeing this future danger,
wander alone like the one horned rhinoceros.

|๒๙๖.๔๗๓|

กามา หิ จิตฺรา มธฺรา มโนรมา
วิรูปฺฐเปณ มณฺเฑติ จิตฺตํ
อาทินวํ กามคฺเณสุ ทิสฺวา
เอโก จเร ขคฺควิสาณกปิโป ฯ

ก็กามทั้งหลายงามวิจิตร มีรสอร่อย เป็นที่รื่นรมย์ใจ ย่อมย่ำยิจิต
ด้วยรูปแปลกๆบุคคลเห็นโทษในกามคุณทั้งหลายแล้ว พึงเที่ยวไปผู้
เดียวเหมือนนอแรด ฉะนั้น

Because sensual pleasures, elegant, honeyed, and charming,
bewitch the mind with their manifold forms — seeing this
drawback in sensual strands —
wander alone like the one horned rhinoceros.

|๒๙๖.๔๗๔|

อิตฺติ จ คณฺโฑ จ อุปฺพุทฺโธ จ
โรโค จ สลฺลยจ ทยญจ เมตฺ
เอตํ ภยํ กามคฺเณสุ ทิสฺวา
เอโก จเร ขคฺควิสาณกปิโป ฯ

บุคคลเห็นภัย คือ จัญไร ฝีอุปัทวะ โรค ลูกศร และความน่ากลัวนี้
ในกามคุณทั้งหลายแล้ว
พึงเที่ยวไปผู้เดียว เหมือนนอแรด ฉะนั้น

"Disaster, tumor, misfortune,
disease, an arrow, a danger for me."
Seeing this danger in sensual strands,
wander alone like the one horned rhinoceros.

|๒๙๖.๔๗๕|

สีตญจ อุณฺหญจ พุทฺ ปิปาสํ
วาตาทเป ทํสสิริสเป จ
สพฺพานิเปตานิ อภิสมภฺวิตฺวา
เอโก จเร ขคฺควิสาณกปิโป ฯ

บุคคลพึงครอบงำอันตรายเหล่านี้แม้ทั้งปวง คือ หนาว ร้อน
หิว ระบาย ลม แดด เหลือบและสัตว์เสือกคลานแล้ว
พึงเที่ยวไปผู้เดียว เหมือนนอแรด ฉะนั้น

Cold and heat, hunger and thirst,
wind and sun, horseflies and snakes:
enduring all these, without exception,
wander alone like the one horned rhinoceros.

|๒๙๖.๔๗๖|

นาโคว ญฺถานิ วิวชฺชยิตฺวา
สฺวชาตกขฺนโร ปทุมิ อุฬาริ
ยถาภฺริณฺตํ วิหริ อรญฺเณ
เอโก จเร ขคฺควิสาณกปิโป ฯ

บุคคลพึงเป็นผู้เที่ยวไปผู้เดียวเช่นกับนอแรด
เปรียบเหมือนช้างใหญ่ผู้เกิดในตระกูลปทุม
มีศีลขันธเกิดขึ้นแล้ว ละโจลงอยู่ในป่าตาม
อภิมย ฉะนั้น

As a great white elephant,
with massive shoulders,
renouncing his herd,
lives in the wilds wherever he wants,
wander alone like the one horned rhinoceros.

|๒๙๖.๔๗๗|

อภฺฐาน ตํ สงฺคณิการตสฺส
ยํ พุสฺสเย สามยิกํ วิมุตตํ
อาทิจฺจนุสฺส วโจ นิสฺมม
เอโก จเร ขคฺควิสาณกปโป ฯ

(พระปัจเจกพุทธเจ้าได้กล่าวถึงศาถาว่า)
บุคคลพึงใคร่ครวญถ้อยคำของพระพุทธเจ้าผู้เป็นเผ่าพันธุ์พระ-
อาทิตยว่า การที่บุคคลผู้ยินดีแล้วด้วยการคลุกคลีด้วยหมู่คณะ
จะพึงบรรลุมุตตอันมีในสมัยนั้น ไม่เป็นฐานะที่จะมีได้
(พระกุมารได้กล่าวถึงศาถาที่พระปัจเจกพุทธเจ้านามว่าอาทิจ
พันธุ์กล่าวแล้วให้บริบูรณ์ว่า)
พึงเที่ยวไปผู้เดียว เหมือนนอแรด ฉะนั้น

"There's no way
that one delighting in company
can touch even momentary release."
Heeding the Solar Kinsman's words,
wander alone like the one horned rhinoceros.

|๒๙๖.๔๗๘|

ทิวริวิสุกานิ อุปาติวตฺโต
ปตฺโต นิยามํ ปฏฺลิทฺทมคฺโค
อุปฺปนฺนาโนมฺหิ อนนฺถเนยฺโย
เอโก จเร ขคฺควิสาณกปโป ฯ

เราล่วงพ้นทิวอันเป็นข้าศึกได้แล้ว ถึง ความเป็นผู้เที่ยง ได้มรรค
แล้ว เป็นผู้มิญาณเกิดขึ้นแล้ว อันผู้อื่นไม่พึงแนะนำพึงเที่ยวไปผู้เดียว
เหมือนนอแรด ฉะนั้น

Transcending the contortion of views,
the sure way attained,
the path gained, [realizing:]
"Unled by others, I have knowledge arisen,"
wander alone like the one horned rhinoceros.

|๒๙๖.๔๗๙|

นิลโลคฺโป นิฏฺกุโห นิปปิปาโส
นิมฺมกุโฆ นิตฺถนฺตกสาวโมโห
นिरาสโย สพฺพโลเก ภวิตฺวา
เอโก จเร ขคฺควิสาณกปโป ฯ

บุคคลผู้ไม่โลภ ไม่หลอกลวง ไม่มีความกระหาย ไม่ลบหลู่
มิมีหะตุน้ำฟาดอันกำจัดเสียแล้ว ไม่มีความอยาก ครอบงำ
โลกทั้งปวงได้แล้ว
พึงเที่ยวไปผู้เดียว เหมือนนอแรด ฉะนั้น

With no greed, no deceit, no thirst, no hypocrisy — delusion
and blemishes blown away — with no inclinations for all the
world, every world,
wander alone like the one horned rhinoceros.

|๒๙๖.๔๘๐|

ปาปํ สหายํ ปริวชฺชเยถ
อนตฺตทสฺสี วิสเม นิวิจฺจํ
สยํ น เสเว ปสฺสํ ปมตฺตํ
เอโก จเร ขคฺควิสาณกปโป ฯ

กุลบุตรพึงเว้นสหายผู้ลามกไม่พึงเสพด้วยตนเอง ซึ่งสหายผู้ชักบ่อ
ความฉิบหายมีไชประโยชน์ ผู้ตั้งอยู่ในกรรม อันไม่เสมอ ผู้ซื่ออยู่ ผู้
ประมาท พึงเที่ยวไปผู้เดียว เหมือนนอแรด ฉะนั้น

Avoid the evil companion disregarding the goal, intent on the
out-of-tune way. Don't take as a friend someone heedless and
hankering. wander alone like the one horned rhinoceros.

|๒๙๖.๔๘๑|

พหุสฺสุตํ ฌมฺมธโร ภาเชถ
มิตฺตํ อุพฺารํ ปฏฺฏิภาณวณฺตํ
อณฺถายา อตฺถานิ วิเนยฺย กงฺขํ
เอโก จเร ขคฺควิสาณกปโป ฯ

บุคคลพึงคบมิตรผู้เป็นพหุสูต ทรงธรรม ผู้ยิ่งใหญ่ด้วยคุณธรรม มี
ปฏิภาณ บุคคลรู้จักประโยชน์ทั้งหลาย กำจัดความสงสัยได้แล้ว
พึงเที่ยวไปผู้เดียวเหมือนนอแรด ฉะนั้น

Consort with one who is learned, who maintains the Dhamma,
a great and quick-witted friend. Knowing the meanings, subdue
your perplexity, [then] wander alone like the one horned

|๒๙๖.๔๘๒|

จิพฺพํ รติํ กามสุขณฺจ โลกํ
อนลฺงกริตฺวา อนเปกฺขมาโน
วิภูสณฺฐาณา วิรโต สจฺจวาที
เอโก จเร ขคฺควิสาณกปโป ฯ

rhinoceros.

บุคคลไม่พอใจการเล่น ความยินดี และกามสุขในโลกแล้ว ไม่เพ่งเล็ง
อยู่ เว้นจากฐานะแห่ง การประดับ มีปรกติกล่าวคำสัตย์
พึงเที่ยวไปผู้เดียวเหมือนนอแรด ฉะนั้น

Free from longing, finding no pleasure
in the world's sport, love, or sensual bliss,
abstaining from adornment, speaking the truth,
wander alone like the one horned rhinoceros.

|๒๙๖.๔๘๓|

ปฺุตตณฺจ ทาริํ ปิตรณฺจ มาตริํ
ธนาณิ ธณฺยานิ จ พนฺธวานิ
หิตฺวาน กามาณิ ยโตธิกานิ
เอโก จเร ขคฺควิสาณกปโป ฯ

บุคคลละบุตร ภริยา บิดา มารดา ทรัพย์ ข้าวเปลือก พวกพ้อง
และกามซึ่งตั้งอยู่ ตามส่วนแล้ว
พึงเที่ยวไปผู้เดียว เหมือนนอแรด ฉะนั้น

Abandoning offspring, spouse,
father, mother, riches, grain, relatives,
and sensual pleasures altogether,
wander alone like the one horned rhinoceros.

|๒๙๖.๔๘๔|

สงฺโค เอโส ปริตฺตเมตฺถ โสขยํ
อปฺปสสาโท ทุกฺขเมตฺถ ภัยโย
คณฺโฑ ๑- เอโส อิติ ญตฺวา มติมา
เอโก จเร ขคฺควิสาณกปโป ฯ

บัณฑิตทราบว่ ความเกี้ยวข้องในเวลาบริโภคเบญจกามคุณนี้
มีสุขน้อย มีความยินดีน้อย มีทุกข์มาก ดูจหัวผี ดังนี้แล้ว
พึงเที่ยวไปผู้เดียว เหมือนนอแรด ฉะนั้น

"This is a bondage, a baited hook.
There's little happiness here,
next to no satisfaction,
all the more suffering and pain."
Knowing this, circumspect,
wander alone like the one horned rhinoceros.

|๒๙๖.๔๘๕|

สนฺทาลยิตฺวาน สํโยชนานิ
ชาลํ ว ญตฺวา สลิลมฺพจาริ
อคคิํ ทพฺพํ อนิวตฺตมาโน
เอโก จเร ขคฺควิสาณกปโป ฯ

บุคคลพึงทำลาย สัมโยชน์ทั้งหลายเสีย
เหมือนปลาทำลายข่าย เหมือนไฟ ไม่หวนกลับมาสู่ที่ไหม้แล้ว
พึงเที่ยวไปผู้เดียว เหมือน นอแรด ฉะนั้น

Shattering fetters,
like a fish in the water tearing a net,
like a fire not coming back to what's burnt,
wander alone like the one horned rhinoceros.

|๒๙๖.๔๘๖|

โอกฺกจิตฺตจกฺขุ น จ ปาทโลโล
คฺคฺคตินฺทริโย รกฺขิตฺมานสาโน
อนวสฺสโต อปริทฺยหมาโน
เอโก จเร ขคฺควิสาณกปโป ฯ

บุคคลผู้มีจักขุทอดลงแล้ว ไม่คะนองเท้า มี อินทรีย์อันคุ้มครองแล้ว
มีใจอันรักษาแล้ว ผู้อันกิเลสไม่ร้าวรด แล้ว และอันไฟ คือกิเลสไม่แผด
เผาอยู่
พึงเที่ยวไปผู้เดียว เหมือนนอแรด ฉะนั้น

Eyes downcast, not footloose,
senses guarded, with protected mind,
not oozing — not burning — with lust,
wander alone like the one horned rhinoceros.

|๒๕๖.๔๘๗|

โอรหารยิตวา คิหิพยุชนานิ
สญฉินนปตฺโต ยถา ปาริฉตฺโต
กาสายวตฺโถ อภินิภขมิตฺวา
เอโก จเร ขคฺควิสาณกปโป ฯ

บุคคลละเพศแห่งคฤหัสถ์ วจฺจันตองกลางมีใบร่วงหล่นแล้ว นุ่งห่ม
ผ้ากาสายะ ออก บวชเป็นบรรพชิต
พึงเที่ยวไปผู้เดียว เหมือนนอแรด ฉะนั้น

Taking off the householder's marks,
like a coral tree that has shed its leaves,
going forth in the ochre robe,
wander alone like the one horned rhinoceros.

|๒๕๖.๔๘๘|

รเสสุ เคธํ อกรํ อโลโล
อนณฺณโปสี สปทานจาริ
กุเล กุเล อปปฏิพทฺธจิตฺโต
เอโก จเร ขคฺควิสาณกปโป ฯ

ภิกษุไม่กระทำความยินดีในรสทั้งหลาย ไม่โลเล ไม่เลียงคนอื่น มี
ปรกติเที่ยวบิณฑบาตตามลำดับตรอก ผู้มี จิตไม่ผูกพันในตระกูล
พึงเที่ยวไปผู้เดียว เหมือนนอแรด ฉะนั้น

Showing no greed for flavors, not careless,
going from house to house for alms,
with mind un-enmeshed in this family or that,
wander alone like the one horned rhinoceros.

|๒๕๖.๔๘๙|

ปหาย ปญจาวรณานิ เจตฺโส
อุปกิเลสํ พยุปนฺนุชฺช สพฺเพ
อนิสฺสีโต ฉตฺวา สีเนหฺโทสํ
เอโก จเร ขคฺควิสาณกปโป ฯ

บุคคลละธรรมเป็นเครื่องกั้นจิต ๕ อย่าง บรรเทา อุปกิเลสทั้งปวง
แล้ว ผู้อันทริฐิไม่อาศัย ตัดโทษคือความเยื่อใยได้แล้ว
พึงเที่ยวไปผู้เดียว เหมือนนอแรด ฉะนั้น

Abandoning barriers to awareness,
expelling all defilements — all —
non-dependent, cutting aversion, allurements,
wander alone like the one horned rhinoceros.

|๒๕๖.๔๙๐|

วิปฺปฏิฏฺฐิตวานํ สุขํ ทุกฺขญจ
ปฺพเพว จ โสมนสฺสโทมนสฺสํ
ลทฺธานุเปกขํ สมถํ วิสุทฺธํ
เอโก จเร ขคฺควิสาณกปโป ฯ

บุคคลละสุข ทุกข์ โสมนัสและโทมนัสในกาลก่อนได้
ได้อุเบกขาและสมถะอันบริสุทธิ์แล้ว
พึงเที่ยวไปผู้เดียวเหมือนนอแรด ฉะนั้น

Turning your back on pleasure and pain,
as earlier with sorrow and joy,
attaining pure equanimity, tranquility,
wander alone like the one horned rhinoceros.

|๒๕๖.๔๙๑|

อารทฺธวิริโย ปรมตฺตปตฺติยา
อสฺมิงจิตฺโต อกุสฺสีตฺตฺติ
ทพฺพนิกฺกโม ทามพฺลุปฺปนโน
เอโก จเร ขคฺควิสาณกปโป ฯ

บุคคลปรารถนาความเพียรเพื่อบรรลุ ปรมัตถประโยชน์ มีจิตไม่หดหู่ มี
ความประพฤดีไม่เกียจคร้าน มีความบากบั่นมั่น ถึงพร้อมแล้วด้วย
กำลังกายและกำลังญาณ
พึงเที่ยวไปผู้เดียว เหมือนนอแรด ฉะนั้น

With persistence aroused
for the highest goal's attainment,
with mind un-smeared, not lazy in action,
firm in effort, with steadfastness and strength arisen,
wander alone like the one horned rhinoceros.

|๒๙๖.๔๙๒|

ปฏิสลลำน ฌานมริณจมาโน
ธมฺเมสุ นิจุจฺ อนุธมฺมจารี
อาทินวํ สมฺมสิดา ภเวสุ
เอโก จเร ขคฺควิสาณกปโป ฯ

บุคคลไม่ละการหลักเร้นและฌาน มีปกติประพฤติธรรม อันสมควร
เป็นนิตยในธรรมทั้งหลาย พิจารณาเห็นโทษใน ภัยทั้งหลาย
พึงเที่ยวไปผู้เดียว เหมือนนอแรด ฉะนั้น

Not neglecting seclusion, absorption, constantly living the
Dhamma in line with the Dhamma, comprehending the danger
in states of becoming,
wander alone like the one horned rhinoceros.

|๒๙๖.๔๙๓|

ตณฺหขยํ ปตฺถยํ อปฺปมตฺโต
อนลฺมูโค สุตฺวา สติมา
สงฺฆาตธมฺโม นียโต ปธานวา
เอโก จเร ขคฺควิสาณกปโป ฯ

บุคคลผู้ปรารถนาความสิ้นตัณหา พึงเป็นผู้ไม่ประมาท ไม่เป็นคนบ้า
คนใบ้ มีการสดับ มีสติ มีธรรมอันกำหนดรู้แล้ว เป็นผู้เที่ยง มีความ
เพียร
พึงเที่ยวไปผู้เดียวเหมือนนอแรด ฉะนั้น

Intent on the ending of craving and heedful, learned, mindful,
not muddled, certain — having reckoned the Dhamma — and
striving, wander alone like the one horned rhinoceros.

|๒๙๖.๔๙๔|

สีโหว สทฺเทสุ อสนฺตสนฺโด
วาโถว ชาลฺมฺหิ อสฺซขมาโน
ปทุมวํ โดเยน อลิปฺมาโน
เอโก จเร ขคฺควิสาณกปโป ฯ

บุคคลไม่สะดุ้งในธรรมมีความ
ไม่เที่ยงเป็นต้น เหมือนราชสีห์ไม่สะดุ้งในเสียง ไม่ข้องอยู่
ในธรรมมีขันธและอายตนะเป็นต้น เหมือนลมไม่ข้องอยู่
ในข่าย ไม่ติดอยู่ด้วยความยินดีและความโลก เหมือน
ดอกปทุมไม่ติดอยู่ด้วยน้ำ
พึงเที่ยวไปผู้เดียว เหมือนนอแรด ฉะนั้น

Un-startled, like a lion at sounds.
Un-snared, like the wind in a net.
Un-smearred, like a lotus in water:
wander alone like the one horned rhinoceros.

|๒๙๖.๔๙๕|

สีโห ยถา ทารฺฐพลี ปสฺยห
ราชา มิคานํ อภิภฺยจจารี
เสเวถ ปนฺตานิ เสนาสนานิ
เอโก จเร ขคฺควิสาณกปโป ฯ

บุคคลพึงเสพเสนาสนะอันสงัด เป็นผู้เที่ยวไป
ผู้เดียวเช่นกับนอแรด เหมือนราชสีห์มีเขี้ยวเป็นกำลัง ข่มขี่
ครอบงำหมู่เนื้อเที่ยวไป เหมือน นอแรด ฉะนั้น

Like a lion — forceful, strong in fang, living as a conqueror, the
king of beasts — resort to a solitary dwelling.
Wander alone like the one horned rhinoceros.

|๒๙๖.๔๙๖|

เมตตํ อุเปกฺขํ กรุณํ วิมุตฺตํ
อาเสวมาโน มุทิตฺตญฺ กาเล
สพฺเพน โลเกน อวิรุชฺฌมาโน
เอโก จเร ขคฺควิสาณกปโป ฯ

บุคคลเสพอยู่ซึ่งเมตตาวิมุตติ กรุณาวิมุตติ มุทิตาวิมุตติ และอุเบกขาวิมุตติ
ในกาลอันควร ไม่ยินร้ายด้วยโลกทั้งปวง
พึงเที่ยวไปผู้เดียว เหมือน นอแรด ฉะนั้น

At the right time consorting
with the release through good will,
compassion, appreciation, equanimity,
unobstructed by all the world, any world,
wander alone like the one horned rhinoceros.

|๒๙๖.๔๙๗|

ราคนจ โทสญจ ปหาย โมห
สนทาลยิตวาน สโยชนานิ
อสนตส์ ชีวิตสงขยมุหิ

บุคคลละราคะ โทสะ และโมหะแล้ว
ทำลายสังโยชน์ทั้งหลายแล้ว ไม่สะดุ้งในเวลาสิ้นชีวิต
พึงเที่ยวไปผู้เดียว เหมือนนอแรด ฉะนั้น

Having let go of passion, aversion, delusion;
having shattered the fetters;
undisturbed at the ending of life,
wander alone like the one horned rhinoceros.

|๒๙๖.๔๙๘|

ภษนติ เสวนติ จ การณตถา
นิการณา ทูลลภา อชช มิตตา
อตตตถปญญา อสุจี มนุสสา
เอโก จเร ขคควิสาณกปโป ฯ

มนุษย์ทั้งหลายผู้ไม่สะอาด มีปัญญามุ่งประโยชน์ตน ย่อมคบหา
สมาคมเพราะมีเหตุเป็นประโยชน์ ผู้ไม่มีเหตุมาเป็นมิตร หาได้ยาก
ในทุกวันนี้ บุคคล
พึงเที่ยวไปผู้เดียวเหมือนนอแรด ฉะนั้น ฯ

People follow and associate for a motive.
Friends without a motive these days are rare.
They're shrewd for their own ends, and impure.
Wander alone like the one horned rhinoceros



In this famous Sutta the Buddha states that his knowledge is broad and wide, but that he only teaches and adheres to what is directly connected to the goal of attaining liberation

[๑๗๑๒] เอก์ สมัย ภควา โกสมบิยั วิหริติ สีสปาวเน
 อถ โข ภควา ปริตตานิ สีสปาปนุณานิ ปาณินา คเหตวา ภิกขุ
 [1712] *ekaṃ samayaṃ bhagavā kosambiyam viharati siṃsapā-vane.*
atha kho bhagavā parittāni siṃsapā-panṇāni pāṇinā gahetvā bhikkhū

Once the Blessed One was staying at Kosambi in the Simsapa forest.
 Then, picking up a few Simsapa leaves with his hand, he asked the monks:

อามนเตสิ ตั กิ มณฺญถ ภิกฺขเว กตมํ นุ โข พหุตรํ ฯ ยานิ วา
 มยา ปริตตานิ สีสปาปนุณานิ ปาณินา คหิตานิ ยทิตุ อปริ สีสปาวเนติ
amenutesi taṃ kiṃ maññātha, bhikkhave, katamaṃ nu kho bahu-taraṃ: yāni vā
mayā parittāni siṃsapāpanṇāni pāṇinā gahitāni yadidaṃ upari siṃsapā-vane ti?

What do you think, monks, which are more numerous: the few Simsapa leaves in my hand or those overhead in this Simsapa forest?

อปฺปมตฺตกาณิ ภนฺเต ภควตา ปริตตานิ
 สีสปาปนุณานิ ปาณินา คหิตานิ อถ โข เอตาเนว พหุतरานิ
 ยทิตุ อปริ สีสปาวเนติ
appamattakāṇi, bhante, bhagavatā parittāni
siṃsapāpanṇāni pāṇinā gahitāni; atha kho etāneva bahutarāni
yadidaṃ upari siṃsapāvaneti

The leaves in the hand of the Blessed One are few in number, lord. Those overhead in the simsapa forest are more numerous.

เอวเมว โข ภิกฺขเว เอตเทว พหุตรํ ย
 โว มยา อภิญฺญา อณฺกชาตํ [๑]- ฯ กสมฺมา เจตํ ภิกฺขเว มยา
 อณฺกชาตํ ฯ น เหนฺตํ ภิกฺขเว อตฺถสญฺหิตํ นาทิพรหฺมจฺริยํ น
 นิพฺพิทาย น วิราคาย น นิโรธาย น อปฺสมาย น อภิญฺญา
 น สมฺโพธาย น นิพฺพานาย สํวตฺตติ ฯ ตสมฺมาตํ มยา อณฺกชาตํ ฯ
evameva kho, bhikkhave, etadeva bahutaraṃ yaṃ
vo mayā abhiññāya anakkhātāṃ. kasmā c-etaṃ, bhikkhave, mayā
anakkhātāṃ? na hetam, bhikkhave, atthasamhitam nāḍibrahmacariya-kam na
nibbidāya na virāgāya na nirodhāya na upasamāya na abhiññāya
na sambodhāya na nibbānāya samvattati; tasmātaṃ mayā anakkhātāṃ

In the same way, monks, those things that I have known with direct knowledge but have not taught are far more numerous [than what I have taught]. And why haven't I taught them? Because they are not connected with the goal [or: they are not profitable], do not relate to the rudiments of the enobled life, and do not lead to disenchantment, to dispassion, to cessation, to calm, to direct knowledge, to self-awakening, to Unbinding. That is why I have not taught them

[๑๗๑๓] ภิกขเว ภิกขเว มया อภฺชาตํ ฯ อิทํ ทุกฺขนฺตํ ภิกขเว
มया อภฺชาตํ อयํ ทุกฺขสมุทฺทโยติ มया อภฺชาตํ อยํ ทุกฺขนิโรธติ
มया อภฺชาตํ อยํ ทุกฺขนิโรธคามินี ปฏฺิปปทาติ มया อภฺชาตํ ฯ
[1713] kiñ-ca, bhikkhave, mayā akkhātāṃ? 'idaṃ dukkhaṇ'ti, bhikkhave, mayā akkhātāṃ, 'ayaṃ dukkha-samudayo'ti
mayā akkhātāṃ, 'ayaṃ dukkha-nirodho'ti mayā akkhātāṃ, 'ayaṃ dukkha-nirodha-gāminī paṭipadā'ti mayā
akkhātāṃ

And what have I taught? 'This is stress': This is what I have taught. 'This is the origination of stress': This is what I have taught. 'This is the cessation of stress': This is what I have taught. 'This is the path of practice leading to the cessation of stress': This is what I have taught.

กสฺมา เจตํ ภิกขเว มया อภฺชาตํ ฯ เอตณฺ्हิ ภิกขเว อตฺถสณฺหิตํ
เอตํ อาทิพฺรหฺมจฺริยํ เอตํ นิพฺพิทาย วิราคาย นิโรธาย อุปสมาย
อภฺยญฺาย สมฺโพธาย นิพฺพานาย สํวตฺตติ ตสฺมาตํ มया อภฺชาตํ
kasmā c-etaṃ, bhikkhave, mayā akkhātāṃ? etañ-hi, bhikkhave, attha-saṃhitāṃ
etaṃ ādi-brahmacariya-kaṃ etaṃ nibbidāya virāgāya nirodhāya upasamāya
abhiññāya sambodhāya nibbānāya saṃvattati; tasmā taṃ mayā akkhātāṃ

And why have I taught these things? Because they are connected with the goal [or: they are profitable], relate to the rudiments of the enobled life, and lead to disenchantment, to dispassion, to cessation, to calm, to direct knowledge, to self-awakening, to Unbinding. This is why I have taught them.

ตสฺมา ติทฺ ภิกขเว อิทํ ทุกฺขนฺตํ โยโค กรณฺเียอ อยํ ทุกฺขสมุทฺทโยติ โยโค กรณฺเียอ
อยํ ทุกฺขนิโรธติ โยโค กรณฺเียอ อยํ ทุกฺขนิโรธคามินี ปฏฺิปปทาติ โยโค กรณฺเียอ
Tasmā tiha, bhikkhave, 'idaṃ dukkhaṇ'ti yogo karaṇīyo, 'ayaṃ dukkha-samudayo'ti yogo 'karaṇīyo, 'ayaṃ
dukkha-nirodho'ti yogo karaṇīyo, 'ayaṃ dukkha-nirodha-gāminī paṭipadā'ti yogo karaṇīyo ti.

Therefore your duty is the contemplation: 'This is stress'; your duty is the contemplation: 'This is the origination of stress'; your duty is the contemplation: 'This is the cessation of stress'; your duty is the contemplation: 'This is the path of practice leading to the cessation of stress.'

This is an altered Version of the original Pali/ English translation by Thanissaro Bhikkhu. Access to Insight, 1997
—oOo—



อวิชชาปัจจัยจะยา สังขาร	<i>Avijjā-paccayā saṅkhārā</i>	With ignorance as a condition there are processes
สังขารปัจจัยจะยา วิญญานัง	<i>Saṅkhāra-paccayā viññāṇaṅ</i>	With processes as a condition there is (sensory) consciousness
วิญญานะปัจจัยจะยา นามะรูปัง	<i>Viññāṇa-paccayā nāma-rūpaṅ</i>	With (sensory) consciousness as a condition there are name & form
นามะรูปะปัจจัยจะยา สะพายะตะนัง	<i>Nāma-rūpa-paccayā saḷāyatanang</i>	With name & form as a condition there are the six sense media
สะพายะตะนะปัจจัยจะยา ผัสโส	<i>Saḷāyatana-paccayā phasso</i>	With the six sense media as a condition there is contact
ผัสสะปัจจัยจะยา เวทนา	<i>Phassa-paccayā vedanā</i>	With contact as a condition there is feeling
เวทะนายะปัจจัยจะยา ตัณหา	<i>Vedanā-paccayā taṇhā</i>	With feeling as a condition there is craving
ตัณหาปัจจัยจะยา อุปาทานัง	<i>Taṇhā-paccayā upādānaṅ</i>	With craving as a condition there is clinging
อุปาทานะปัจจัยจะยา ภาวะ	<i>Upādāna-paccayā bhava</i>	With clinging as a condition there is becoming
ภาวะปัจจัยจะยา ชาติ	<i>Bhava-paccayā jāti</i>	With becoming as a condition there is birth
ชาติปัจจัยจะยา ชะรามะระณัง	<i>Jāti-paccayā jara-maraṇaṅ</i>	With birth as a condition there is decay and death
โสกะปะริเทวะทุกขะโทมะนัสสุปายาสา สัมภะวันติ	<i>soka-parideva-dukkha-domanassupāyāsā sambhavanti</i>	aging, sorrow, lamentation, pain, distress, & despair come into play
เอวะเมตัสสะ เภวะลัสสะ ทุกขัง ขันธัสสะ สมุทะโย โหติ	<i>Evam-etassa kevalassa dukkhakkhandhassa, samudayo hoti</i>	Thus is the origination of this entire mass of suffering & stress
อวิชชาเย เตววะ อะเสสะวิราคะนิโรธา สังขาระนิโรโธ	<i>Avijjāyatveva asesa-virāga-nirodhā saṅkhāra-nirodho</i>	Now from the remainder less fading & cessation of that very ignorance there is the cessation of processes
สังขาระนิโรธา วิญญานะนิโรโธ	<i>Saṅkhāra-nirodhā viññāṇa-nirodho</i>	From the cessation of processes there is the cessation of (sensory) consciousness

วิญญานะนิโรธา นามรูปะนิโรโธ	<i>Viññāṇa-nirodhā nāma-rūpa-nirodho</i>	From the cessation of (sensory) consciousness there is the cessation of name & form
นามะรูปะนิโรธา สะฬายะตะนะนิโรโธ	<i>Nāma-rūpa-nirodhā saḷāyatana-nirodho</i>	From the cessation of name & form there is the cessation of the six sense media
สะฬายะตะนะนิโรธา ผัสสะนิโรโธ	<i>Saḷāyatana-nirodhā phassa-nirodho</i>	From the cessation of the six sense media there is the cessation of contact
ผัสสะนิโรธา เวทนานิโรโธ	<i>Phassa-nirodhā vedanā-nirodho</i>	From the cessation of contact there is the cessation of feeling
เวทนานิโรธา ตัณหานิโรโธ	<i>Vedanā-nirodhā taṇhā-nirodho</i>	From the cessation of feeling there is the cessation of craving
ตัณหานิโรธา อุปาทานะนิโรโธ	<i>Taṇhā-nirodhā upādāna-nirodho</i>	From the cessation of craving there is the cessation of clinging
อุปาทานะนิโรธา ภาวะนิโรโธ	<i>Upādāna-nirodhā bhava-nirodho</i>	From the cessation of clinging there is the cessation of becoming
ภาวะนิโรธา ชาตินิโรโธ	<i>Bhava-nirodhā jāti-nirodho</i>	From the cessation of becoming there is the cessation of birth
ชาตินิโรธา ชะรามะระณัง	<i>Jāti-nirodhā jara-maraṇaṅg</i>	From the cessation of decay and death
โสกะปะริเทวะทุกขะโทมะนัสสุปายาสา นิรุชฌันติ	<i>soka-parideva-dukkha-domanassupāyāsā nirujjhanti</i>	birth, aging, sorrow, lamentation, pain, distress, & despair all cease
เอวะเมตัสสะ เภวะลัสสะ ทุกขักขันธัสสะ นิโรโธ โหติ	<i>Evam-etassa kevalassa dukkhakkhandhassa, nirodho hoti</i>	Thus is the cessation of this entire mass of suffering & stress

I have heard that on one occasion the Blessed One was staying at Savatthi in the Eastern Monastery, the palace of Migara's mother, together with many well-known elder disciples; with Ven. Sariputta, Ven. Maha Moggallana, Ven. Maha Kassapa, Ven. Maha Kaccana, Ven. Maha Kotthita, Ven. Maha Kappina, Ven. Maha Cunda, Ven. Revata, Ven.

Ananda, and other well-known elder disciples. On that occasion the elder monks were teaching and instructing. Some elder monks were teaching and instructing ten monks, some were teaching and instructing twenty monks, some were teaching and instructing thirty monks, some were teaching and instructing forty monks.

The new monks, being taught and instructed by the elder monks, were discerning grand, successive distinctions.

Now on that occasion, the Uposatha day of the fifteenth, the full-moon night of the Pavarana ceremony, the Blessed One was seated in the open air surrounded by the community of monks. Surveying the silent community of monks, he addressed them:

"Monks, I am content with this practice. I am content at heart with this practice. So arouse even more intense persistence for the attaining of the as-yet-unattained, the reaching of the as-yet-unreached, the realization of the as-yet-unrealized. I will remain right here at Savatthi [for another month] through the 'White Water-lily' Month, the fourth month of the rains."

The monks in the countryside heard, "The Blessed One, they say, will remain right there at Savatthi through the White Water-lily Month, the fourth month of the rains." So they left for Savatthi to see the Blessed One.

Then the elder monks taught and instructed the new monks even more intensely. Some elder monks were teaching and instructing ten monks, some were teaching and instructing twenty monks, some were teaching and instructing thirty monks, some were teaching and instructing forty monks. The new monks, being taught and instructed by the elder monks, were discerning grand, successive distinctions.

Now on that occasion, the Uposatha day of the fifteenth, the full-moon night of the White Water-lily Month, the fourth month of the rains, the Blessed One was seated in the open air surrounded by the community of monks. Surveying the silent community of monks, he addressed them:

"Monks, this assembly is free from idle chatter, devoid of idle chatter, and is established on pure heartwood: such is this community of monks, such is this assembly.

The sort of assembly that is worthy of gifts, worthy of hospitality, worthy of offerings, worthy of respect, an incomparable field of merit for the world: such is this community of monks, such is this assembly.

The sort of assembly to which a small gift, when given, becomes great, and a great gift greater: such is this community of monks, such is this assembly.

The sort of assembly that it is rare to see in the world: such is this community of monks, such is this assembly, the sort of assembly that it would be worth traveling for leagues, taking along provisions, in order to see.

"In this community of monks there are monks who are arahants, whose mental effluents are ended, who have reached fulfillment, done the task, laid down the burden, attained the true goal, laid to waste the fetter of becoming, and who are released through right gnosis: such are the monks in this community of monks.

"In this community of monks there are monks who, with the wasting away of the five lower fetters, are due to be reborn [in the Pure Abodes], there to be totally unbound, destined never again to return from that world: such are the monks in this community of monks.

"In this community of monks there are monks who, with the wasting away of [the first] three fetters, and with the attenuation of passion, aversion, and delusion, are once-returners, who on returning only once more to this world, will make an ending to stress: such are the monks in this community of monks.

"In this community of monks there are monks who, with the wasting away of [the first] three fetters, are stream-winners, steadfast, never again destined for states of woe, headed for self-awakening: such are the monks in this community of monks.

"In this community of monks there are monks who remain devoted to the development of the four frames of reference... the four right exertions... the four bases of power... the five faculties... the five strengths... the seven factors for awakening... the noble eightfold path: such are the monks in this community of monks.

"In this community of monks there are monks who remain devoted to the development of good will... compassion... appreciation... equanimity... [the perception of the] foulness [of the body]... the perception of inconstancy: such are the monks in this community of monks.

"In this community of monks there are monks who remain devoted to mindfulness of in-and-out breathing.

"Mindfulness of in-and-out breathing, when developed and pursued, is of great fruit, of great benefit. Mindfulness of in-and-out breathing, when developed and pursued, brings the four frames of reference to their culmination. The four frames of reference, when developed and pursued, bring the seven factors for awakening to their culmination. The seven factors for awakening, when developed and pursued, bring clear knowing and release to their culmination.

Mindfulness of In-and-Out Breathing

"Now how is mindfulness of in-and-out breathing developed and pursued so as to be of great fruit, of great benefit?

"There is the case where a monk, having gone to the wilderness, to the shade of a tree, or to an empty building, sits down folding his legs crosswise, holding his body erect, and setting mindfulness to the fore.[1] Always mindful, he breathes in; mindful he breathes out.

[1] Breathing in long, he discerns, 'I am breathing in long'; or breathing out long, he discerns, 'I am breathing out long.'

[2] Or breathing in short, he discerns, 'I am breathing in short'; or breathing out short, he discerns, 'I am breathing out short.'

[3] He trains himself, 'I will breathe in sensitive to the entire body.' [2] He trains himself, 'I will breathe out sensitive to the entire body.'

[4] He trains himself, 'I will breathe in calming bodily fabrication.' [3] He trains himself, 'I will breathe out calming bodily fabrication.'

[5] He trains himself, 'I will breathe in sensitive to rapture.' He trains himself, 'I will breathe out sensitive to rapture.'

[6] He trains himself, 'I will breathe in sensitive to pleasure.' He trains himself, 'I will breathe out sensitive to pleasure.'

[7] He trains himself, 'I will breathe in sensitive to mental fabrication.' [4] He trains himself, 'I will breathe out sensitive to mental fabrication.'

[8] He trains himself, 'I will breathe in calming mental fabrication.' He trains himself, 'I will breathe out calming mental fabrication.'

[9] He trains himself, 'I will breathe in sensitive to the mind.' He trains himself, 'I will breathe out sensitive to the mind.'

[10] He trains himself, 'I will breathe in satisfying the mind.' He trains himself, 'I will breathe out satisfying the mind.'

[11] He trains himself, 'I will breathe in steadying the mind.' He trains himself, 'I will breathe out steadying the mind.'

[12] He trains himself, 'I will breathe in releasing the mind.' He trains himself, 'I will breathe out releasing the mind.'

[13] He trains himself, 'I will breathe in focusing on inconstancy.' He trains himself, 'I will breathe out focusing on inconstancy.'

[14] He trains himself, 'I will breathe in focusing on dispassion [literally, fading].' He trains himself, 'I will breathe out focusing on dispassion.'

[15] He trains himself, 'I will breathe in focusing on cessation.' He trains himself, 'I will breathe out focusing on cessation.'

[16] He trains himself, 'I will breathe in focusing on relinquishment.' He trains himself, 'I will breathe out focusing on relinquishment.'

This is how mindfulness of in-and-out breathing is developed and pursued so as to be of great fruit, of great benefit.

The Four Frames of Reference

And how is mindfulness of in and out breathing developed and pursued so as to bring the four frames of reference to their culmination?

[1] On whatever occasion a monk breathing in long discerns, 'I am breathing in long'; or breathing out long, discerns, 'I am breathing out long'; or breathing in short, discerns, 'I am breathing in short'; or breathing out short, discerns, 'I am breathing out short'; trains himself, 'I will breathe in...and... out sensitive to the entire body'; trains himself, 'I will breathe in...and...out calming bodily fabrication': On that occasion the monk remains focused on the body in and of itself — ardent, alert, and mindful — putting aside greed and distress with reference to the world. I tell you, monks, that this — the in-and-out breath — is classed as a body among bodies, which is why the monk on that occasion remains focused on the body in and of itself — ardent, alert, and mindful — putting aside greed and distress with reference to the world.

[2] On whatever occasion a monk trains himself, 'I will breathe in...and...out sensitive to rapture'; trains himself, 'I will breathe in...and...out sensitive to pleasure'; trains himself, 'I will breathe in...and...out sensitive to mental fabrication'; trains himself, 'I will breathe in...and...out calming mental fabrication': On that occasion the monk remains focused on feelings in and of themselves — ardent, alert, and mindful — putting aside greed and distress with reference to the world. I tell you, monks, that this — careful attention to in-and-out breaths — is classed as a feeling among feelings,[6] which is why the monk on that occasion remains focused on feelings in and of themselves — ardent, alert, and mindful — putting aside greed and distress with reference to the world.

[3] On whatever occasion a monk trains himself, 'I will breathe in...and...out sensitive to the mind'; trains himself, 'I will breathe in...and...out satisfying the mind'; trains himself, 'I will breathe in...and...out steadying the mind'; trains himself, 'I will breathe in...and...out releasing the mind': On that occasion the monk remains focused on the mind in and of itself — ardent, alert, and mindful — putting aside greed and distress with reference to the world. I don't say that there is mindfulness of in-and-out breathing in one of lapsed mindfulness and no alertness, which is why the monk on that occasion remains focused on the mind in and of itself — ardent, alert, and mindful — putting aside greed and distress with reference to the world.

[4] On whatever occasion a monk trains himself, 'I will breathe in...and...out focusing on inconstancy'; trains himself, 'I will breathe in...and...out focusing on dispassion'; trains himself, 'I will breathe in...and...out focusing on cessation'; trains himself, 'I will breathe in...and...out focusing on relinquishment': On that occasion the monk remains focused on mental qualities in and of themselves — ardent, alert, and mindful — putting aside greed and distress with reference to the world. He who sees with discernment the abandoning of greed and distress is one who watches carefully with equanimity, which is why the monk on that occasion remains focused on mental qualities in and of themselves — ardent, alert, and mindful — putting aside greed and distress with reference to the world.

This is how mindfulness of in-and-out breathing is developed and pursued so as to bring the four frames of reference to their culmination.

The Seven Factors for Awakening

And how are the four frames of reference developed and pursued so as to bring the seven factors for awakening to their culmination?

[1] On whatever occasion the monk remains focused on the body in and of itself — ardent, alert, and mindful — putting aside greed and distress with reference to the world, on that occasion his mindfulness is steady and without lapse. When his mindfulness is steady and without lapse, then mindfulness as a factor for awakening becomes aroused. He develops it, and for him it goes to the culmination of its development.

[2] Remaining mindful in this way, he examines, analyzes, and comes to a comprehension of that quality with discernment. When he remains mindful in this way, examining, analyzing, and coming to a comprehension of that quality with discernment, then analysis of qualities as a factor for awakening becomes aroused. He develops it, and for him it goes to the culmination of its development.

[3] In one who examines, analyzes, and comes to a comprehension of that quality with discernment, persistence is aroused unflaggingly. When persistence is aroused unflaggingly in one who examines, analyzes, and comes to a comprehension of that quality with discernment, then persistence as a factor for awakening becomes aroused. He develops it, and for him it goes to the culmination of its development.

[4] In one whose persistence is aroused, a rapture not-of-the-flesh arises. When a rapture not-of-the-flesh arises in one whose persistence is aroused, then rapture as a factor for awakening becomes aroused. He develops it, and for him it goes to the culmination of its development.

[5] For one enraptured at heart, the body grows calm and the mind grows calm. When the body and mind of a monk enraptured at heart grow calm, then serenity as a factor for awakening becomes aroused. He develops it, and for him it goes to the culmination of its development.

[6] For one who is at ease — his body calmed — the mind becomes concentrated. When the mind of one who is at ease — his body calmed — becomes concentrated, then concentration as a factor for awakening becomes aroused. He develops it, and for him it goes to the culmination of its development.

[7] He carefully watches the mind thus concentrated with equanimity. When he carefully watches the mind thus concentrated with equanimity, equanimity as a factor for awakening becomes aroused. He develops

it, and for him it goes to the culmination of its development. (Similarly with the other three frames of reference: feelings, mind, and mental qualities.)

This is how the four frames of reference are developed and pursued so as to bring the seven factors for awakening to their culmination.

Clear Knowing and Release

"And how are the seven factors for awakening developed and pursued so as to bring clear knowing and release to their culmination? There is the case where a monk develops mindfulness as a factor for awakening dependent on seclusion, dependent on dispassion, dependent on cessation, resulting in relinquishment. He develops analysis of qualities as a factor for awakening... persistence as a factor for awakening... rapture as a factor for awakening... serenity as a factor for awakening... concentration as a factor for awakening... equanimity as a factor for awakening dependent on seclusion, dependent on dispassion, dependent on cessation, resulting in relinquishment.

"This is how the seven factors for awakening are developed and pursued so as to bring clear knowing and release to their culmination."

That is what the Blessed One said. Gratified, the monks delighted in the Blessed One's words.

Notes

1. To the fore (parimukham): The Abhidhamma takes an etymological approach to this term, defining it as around (pari-) the mouth (mukham). In the Vinaya, however, it is used in a context (Cv.V.27.4) where it undoubtedly means the front of the chest. There is also the possibility that the term could be used idiomatically as "to the front," which is how I have translated it here.
2. The commentaries insist that "body" here means the breath, but this is unlikely in this context, for the next step — without further explanation — refers to the breath as "bodily fabrication." If the Buddha were using two different terms to refer to the breath in such close proximity, he would have been careful to signal that he was redefining his terms (as he does below, when explaining that the first four steps in breath meditation correspond to the practice of focusing on the body in and of itself as a frame of reference). The step of breathing in and out sensitive to the entire body relates to the many similes in the suttas depicting jhana as a state of whole-body awareness (see MN 119).
3. "In-and-out breaths are bodily; these are things tied up with the body. That's why in-and-out breaths are bodily fabrications." — MN 44.
4. "Perceptions and feelings are mental; these are things tied up with the mind. That's why perceptions and feelings are mental fabrications." — MN 44.
5. AN 9.34 shows how the mind, step by step, is temporarily released from burdensome mental states of greater and greater refinement as it advances through the stages of jhana.
6. As this shows, a meditator focusing on feelings in themselves as a frame of reference should not abandon the breath as the basis for his/her concentration.

See also: SN 54.8. by Thanissaro Bikkhu

[๖๗๒] สาวตถียี วิหารติ ...

sāvattthiyam viharati Dwelling in Sāvattthī

Sāvattthī, The capital town of Kosala in India and one of the six great Indian cities during the lifetime of the Buddha

ภูตบุพพ์ ภิกขเว ทสราหาน อานโก นาม มุติงโค อโหสิ ฯ ตสฺส ทสราหา อานเก ผฬิเต อญญํ อาณิ
โธทหิสุ ฯ อหุ โข โส ภิกขเว สมโย ยํ อานกสฺส มุติงคสฺส โปราณํ โปกฺขรํ ผลกํ อนฺตรธาณิ อาณิสฺส
ฆาโต จ อวสิสฺสยิ ฯ

Bhūta-pubbaṃ, bhikkhave, dasārahānaṃ ānako nāma mudiṅgo ahosi. Tassa dasārahā ānake phalīte aññiṃ aññiṃ odahiṃsu. Ahu kho so, bhikkhave, samayo yaṃ ānakassa mudiṅgassa porāṇaṃ pokkhara-phalakaṃ antaradhāyi. Āṇi-saṅghāto-va avasissī.

Formerly, bhikkhus, the Dasārahās had a drum named Mudiṅga. When the Dasārahās' drum was broken, they would insert a peg in it. There was a time, bhikkhus, when the original skin and body of the Mudiṅga drum had disappeared. There only remained an assemblage of pegs.

เอวเมว โข ภิกขเว ภวิสฺสณฺติ ภิกฺขุ อนาคตมทฺธานํ เย เต สุตตฺตนฺตา ตถาคตภาสิตา คมฺภีรา คมฺภีรตฺถา
โลกุตฺตรา สญฺญตปฏิสญฺญตฺตา เตสํ ภณฺณมานสฺส น สฺสสฺสิสฺสณฺติ น โสโต โธทหิสฺसानฺติ น อญฺญาจิตฺตํ
อุปฏฺฐาเปสฺสณฺติ น จ เต ธมฺเม อคฺคเหตุพฺพํ ปรียาปฺณิตพฺพํ มญฺญิสฺสณฺติ ฯ

Evam-eva kho, bhikkhave, bhavissanti bhikkhū anāgatam-addhānaṃ, ye te suttantā tathāgata-bhāsītā gambhīrā gambhīr-atthā lok-uttarā suññāta-p-paṭisaṃyuttā, tesu bhaññamānesu na sussūsissanti, na sotam odahissanti na aññā cittaṃ upaṭṭhāpessanti na ca te dhamme uggahetabbaṃ pariyāpuṇitabbaṃ maññissanti.

In the same way, bhikkhus, in future time, there will be bhikkhus who will not listen to the utterance of such discourses which are words of the Tathāgata, profound, profound in meaning, leading beyond the world, connected with emptiness, they will not lend ear, they will not apply their mind on knowledge, they will not consider those teachings as to be taken up and mastered.

เย ปน เต สุตตฺตนฺตา กวิกฺตา กาเวยฺยา จิตฺตกฺขรา จิตฺตพฺยณฺชา พาหิรกา สวากภาสิตา เตสํ ภณฺณมานสฺส
สฺสสฺสิสฺสณฺติ โสโต โธทหิสฺสณฺติ อญฺญาจิตฺตํ อุปฏฺฐาเปสฺสณฺติ ต จ ธมฺเม อคฺคเหตุพฺพํ ปรียาปฺณิตพฺพํ มญฺญิสฺส
ณฺติ ฯ [๖๗๓] เอวเมว เตสํ ภิกขเว สุตตฺตนฺตา ตถาคตภาสิตานํ คมฺภีรานํ ๑-คมฺภีรตฺถานํ โลกุตฺตรานํ
สญฺญตปฏิสญฺญตฺตา นอนฺตรธาณํ ภวิสฺสตี

Ye pana te suttantā kavi-katā kāveyyā citta-akkharā citta-byañjanā bāhirakā sāvaka-bhāsītā, tesu bhaññamānesu sussūsissanti sotam odahissanti aññā cittaṃ upaṭṭhāpessanti, te ca dhamme uggahetabbaṃ pariyāpuṇitabbaṃ maññissanti. Evame tesam, bhikkhave, suttantānaṃ tathāgata-bhāsītānaṃ gambhīrānaṃ gambhīr-atthānaṃ lok-uttarānaṃ suññāta-p-paṭisaṃyuttānaṃ antaradhānaṃ bhavissati.

On the contrary, they will listen to the utterance of such discourses which are literary compositions made by poets, witty words, witty letters, by people from outside [the Dhamma], or the words of disciples, they will lend ear, they will apply their mind on knowledge, they will consider those teachings as to be taken up and mastered. Thus, bhikkhus, the discourses which are words of the Tathāgata, profound, profound in meaning, leading beyond the world, connected with emptiness, will disappear.

ตสฺมาติห ภิกขเว เอวํ สิกฺขิตพฺพํ เย เต สุตตฺตนฺตา ตถาคตภาสิตา คมฺภีรา คมฺภีรตฺถา โลกุตฺตรา
สญฺญตปฏิสญฺญตฺตา เตสํ ภณฺณมานสฺส สฺสสฺสิสฺสณฺติ โสโต โธทหิสฺสณฺติ อญฺญาจิตฺตํ อุปฏฺฐาเปสฺสณฺติ เต จ ธมฺเม
อคฺคเหตุพฺพํ ปรียาปฺณิตพฺพํ มญฺญิสฺสณฺติ เอวเมว โว ภิกขเว สิกฺขิตพฺพณฺติ ฯ สดตฺมํ ฯ

Tasmātiha, bhikkhave, evaṃ sikkhitabbaṃ: 'ye te suttantā tathāgata-bhāsītā, gambhīrā gambhīr-atthā lok-uttarā suññāta-p-paṭisaṃyuttā, tesu bhaññamānesu sussūsissāma sotam odahissāma aññā cittaṃ upaṭṭhāpessāma, te ca dhamme uggahetabbaṃ pariyāpuṇitabbaṃ maññissāma'ti. Evañhi vo, bhikkhave, sikkhitabban'ti.

Therefore, bhikkhus, you should train thus: 'We will listen to the utterance of such discourses which are words of the Tathāgata, profound, profound in meaning, leading beyond the world, connected with emptiness, we will lend ear, we will apply our mind on knowledge, we will consider those teachings as to be taken up and mastered.' This is how, bhikkhus, you should train yourselves.

อา ปา มะ จุ ปะ ที มะ สัง อัง ขุ สัง วิ ธา ปุ กะ ยะ ปะ
ā pā ma cu pa di ma sam an khu sam vi dhā pu ga ya pa

Tipitaka (พระไตรปิฎก) divided into three parts:

1. Vinaya Pitaka (วินัยปิฎก) - ā (อา), pā (ปา), ma (มะ), cu (จุ), pa (ปะ)

Disciples or monastic code (สิกขาบท หรือ ศีล), comprises of 3 divisions, 5 scriptures

Vibhanga (วิภังค์) or Suttavibhanga (สูตรวิภังค์) – monastic rules: Pattimokkha (ปาฏิโมกข์) – 227 rules for bhikkhus, and 331 rules for bhikkhunis

ā (อา) - อาทิกัมมิกะ or Pārājika (ปาราชิก) – major offences: Parajika (ปาราชิก 4), Sanghadisesa (สังฆาติเสส 13), Aniyata (อนิยต 2)

1.1.2. pā (ปา) – Pācittiya (ปาจิตตियะ) – minor offences

Khandhaka (ขันธ์กะ) – 22 divisions of training rules

1.2.1. ma (มะ) – Mahāvagga (มหาวรรค)

1.2.2. cu (จุ) – Cullavagga (จลวรรค)

1.3 pa (ปะ) - Parivāra (ปริวาร) – Epitome of the Vinaya

2. Sutta Pitaka (สูตรตันตปิฎก) - di (ที), ma (มะ), sam (สัง), an (อัง), khu (ขุ)

Sermons, 5 collections

2.1. di (ที) - Digha-nikāya (ทีฆนิกาย) - collection of long discourses: divided into 3 divisions of 34 suttas

2.2. ma (มะ) - Majjhima-nikāya (มัชฌิมนิกาย) – collection of medium-length discourses: 152 suttas

2.3. sam (สัง) - Samyutta-nikāya (สังยุตตนิกาย) – collection of connected discourses: 5 sections of 7762 suttas

2.4. an (อัง) - Anguttara-nikāya (อังคุตตรนิกาย) – collection of numerical discourses: 9557 suttas

2.5. khu (ขุ) - Khuddaka-nikāya (ขุททกนิกาย) – collection of miscellaneous texts: 15 books

3. Abhidhamma Pitaka (อภิธรรมปิฎก) - san (สัง), vi (วิ), dhā (ธา), pu (ป), ga (กะ), ya (ยะ), pa (ปะ)

Sublime, higher doctrine consists of 7 texts:

3.2. san (สัง) – Sangani (สัมมสังคณี or สังคณี) - enumeration of Dhamma

3.3. vi (วิ) – Vibhanga (วิภังค์) – analysis of Dhamma

3.4. dhā (ธา) – Dhātukathā (ธาตุกถา) - discussion of elements, khandha (aggregations), ayatana (sense-organs, objects)

3.5. pu (ป) – Puggalapannatti (บุคคลบัญญัติ) - description of individuals

3.6. ga (กะ) – Kathāvatthu (กถาวัตถุ): subjects of discussion

3.7. ya (ยะ) – Yamaka (ยมก): book of pairs

3.8. pa (ปะ) – Pannhāna (ปัญฐาน or มหาปกรณ์) - foundational conditions or relations

โส โส สะ สะ อะ อะ อะ อะ นิ - โลกุตตรธรรมเก้า มรรคสี่ ผลสี่ นิพพานหนึ่ง

So so sa sa a a a a ni

So (โส) - Sotāpatti-magga (โสดาปัตติมรรค); the path of stream-entry

So (โส) – Sotāpatti-phala (โสดาปัตติผล); fruition of stream-entry
 Sa (สะ) – Sakadāgāmin-magga (สกทาคามีมรรค); the path of once-returning
 Sa (สะ) – Sakadāgāmin-phala (สกทาคามีผล); fruition of once-returning
 A (อะ) – Anāgāmi-magga (อนาคามีมรรค); the path of non-returning
 A (อะ) – Anāgāmi-phala (อนาคามีผล); fruition of non-returning
 A (อะ) – Arhant-magga (อรหัตตมรรค); the path of Arahantship
 A (อะ) – Arhant-phala (อรหัตตผล); fruition of Arahantship
 Ni (นิ) – Nibbana (นิพพาน)

Lokuttara 9: magga 4, phala 4, and nibbhana

Magga 4 - four transcendent paths to the cessation of suffering

Phala 4 - the fruition of the four transcendent paths

Nibbana – liberation of the mind from the effluents (sensuality, views, becoming, and ignorance), defilements, and the round of rebirth.

เต ชะ สุ เน มะ ภู จะ นา วิ เว

te ja su ne ma bhu cha na vi ve

10 last Jatakas (ทศชาติชาดก) or 10 last previous lives of the Buddha practiced 10 parami - หัวใจพระเจ้าสิบชาติ (หัวใจทศชาติ) ทรงแสดงการบำเพ็ญบารมีสิบ - Parami – a highly noble virtue of the Buddha, brought to perfections

1. te (เต) - Temiya (พระเทมียไ้) – the mute prince: nekkhamma parami (เนกขัมมบารมี) – renunciation, free from lust, craving, and desire
2. ja (ชะ) – Mahajanaka (พระมหาชนก) – the lost prince: viriya parami (วิริยบารมี) – persistence, effort
3. su (สุ) – Suvanna Sama (พระสุวรรณสาม) - the devoted son: metta parami (เมตตาบารมี) – loving kindness, sympathy, friendliness
4. ne (เน) – Nemiraja (พระเนมิราช) – the noble king: adhitthana parami (อธิษฐานบารมี) – resolution, self-determination
5. ma (มะ) – Mahosadha (พระมหอสถ) – the clever sage: panna parami (ปัญญาบารมี) – discernment, wisdom
6. bhu (ภู) – Bhuridatta (พระภริทัต) – the naga prince: sila parami (ศีลบารมี) – virtue, moral practice
7. cha (จะ) – Chandakumara (พระจันทกุมาร) - the honorable prince: khanti parami (ขันติบารมี) – patience, forgiveness
8. na (นา) – Narada Brahma (พระมหานรทกัสสปะ) – the great brahma: upekkha parami (อุเบกขาบารมี) – equanimity
9. vi (วิ) – VedhuraPandita (วิฑูรบัณฑิต) – the eloquent sage: sacca parami (สัจจบารมี) - truthfulness
10. ve (เว) – Vessantara (พระเวสสันดร) – the charitable prince: dana parami (ทานบารมี) – generosity, giving

QUOTATION

In Digha - Nikaya I the Buddha said:

“Monks, if others were to speak against me, or against the Teaching, or against our monastic order, you need not on that account entertain thoughts of ill-will and spite, and be dissatisfied with them.

If you do harbor hatred that will not only hold up your mental development, but you will also fail to judge how far that speech is right or wrong. But also, monks, if others speak highly of me, highly of the Teaching and our monastic order, you need not on that account be excited; for that too will ruin your inner development.

You should acknowledge what is right and show the truth of what has been said.”

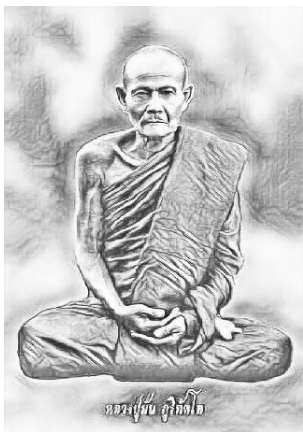
Throughout its history, Buddhism has worked as a civilizing force. Its teachings on karma, for instance — the principle that all intentional actions have consequences — have taught morality and compassion to many societies.

But on a deeper level, Buddhism has always straddled the line between civilization and wilderness. The Buddha himself gained Awakening in a forest, gave his first sermon in a forest, and passed away in a forest. The qualities of mind he needed in order to survive physically and mentally as he went, unarmed, into the wilds, were key to his discovery of the Dhamma.

They included resilience, resolve, and alertness; self-honesty and circumspection; steadfastness in the face of loneliness; courage and ingenuity in the face of external dangers; compassion and respect for the other inhabitants of the forest. These qualities formed the "home culture" of the Dhamma.

Periodically, as Buddhism spread and adapted to different societies, some practitioners felt that the original message of the Dhamma had become diluted. So they returned to the wilderness in order to revive its home culture. Many wilderness traditions are still alive today, especially in the Theravada countries of Sri Lanka and Southeast Asia.

There, mendicant ascetic monks continue to wander through the remaining rainforests, in search of Awakening in the same environment where the Buddha found Awakening himself. Among these wilderness traditions, the one that has attracted the largest number of Western students, and is beginning to take root in the West, is the Kammattana (Meditation) Forest tradition of Thailand.



The Kammattana tradition was founded by Ajaan Mun Bhuridatto in the early decades of this century. Ajaan Mun's mode of practice was solitary and strict. He followed the Vinaya (monastic discipline) faithfully, and also observed many of what are known as the thirteen classic dhutanga (ascetic) practices, such as living off almsfood, wearing robes made of cast-off rags, dwelling in the forest, eating only one meal a day.

Searching out secluded places in the wilds of Thailand and Laos, he avoided the responsibilities of settled monastic life and spent long hours of the day and night in meditation. In spite of his reclusive nature, he attracted a large following of students willing to put up with the hardships of forest life in order to study with him.

He also had his detractors, who accused him of not following traditional Thai Buddhist customs. He usually responded by saying that he wasn't interested in bending to the customs of any particular society — as they were, by definition, the customs of people with greed, anger, and delusion in their minds. He was more interested in finding and following the Dhamma's home culture, or what he called the customs of the noble ones: the practices that had enabled the Buddha and his disciples to achieve Awakening in the first place.

This phrase — the customs of the noble ones — comes from an incident in the Buddha's life: not long after his Awakening, he returned to his home town in order to teach the Dhamma to the family he had left six years earlier. After spending the night in a forest, he went for alms in town at daybreak. His father the king learned of this and immediately went to upbraid him. "This is shameful," the king said. "No one in the lineage of our family has ever gone begging. It's against our family customs."

"Your majesty," the Buddha replied, "I now belong, not to the lineage of my family, but to the lineage of the noble ones. Theirs are the customs I follow."

Ajaan Mun devoted many years of his life to tracking those customs down. Born in 1870, the son of rice farmers in the northeastern province of Ubon, he was ordained as a monk in the provincial capital in 1892. At the time of his ordination, there were two broad types of Buddhism available in Thailand. The first can be called Customary Buddhism — the mores and rites handed down over the centuries from teacher to teacher with little, if any, reference to the Pali canon. For the most part, these customs taught monks to live a sedentary life in the village monastery, serving the local villagers as doctors or fortune tellers. Monastic discipline tended to be loose.

Occasionally, monks would go on a pilgrimage they called "dhutanga" which bore little resemblance to the classic dhutanga practices. Instead, it was more an undisciplined escape valve for the pressures of sedentary life.

Moreover, monks and lay people practiced forms of meditation that deviated from the path of tranquillity and insight outlined in the Pali canon. Their practices, called *vichaa aakhom*, or incantation knowledge, involved initiations and invocations used for shamanistic purposes, such as protective charms and magical powers. They rarely mentioned nirvana except as an entity to be invoked for shamanic rites.



The second type of Buddhism available at the time was Reform Buddhism, based on the Pali canon and begun in the 1820's by Prince Mongkut, who later became King Rama IV (and still later was portrayed in the musical *The King and I*).

Prince Mongkut was ordained as a monk for twenty-seven years before ascending the throne. After studying the canon during his early years as a monk, he grew discouraged by the level of practice he saw around him in Thai monasteries. So he reordained among the Mons — an ethnic group that straddled the Thai-Burmese border and occupied a few villages across the river from Bangkok — and studied Vinaya and the classic dhutanga practices under the guidance of a Mon teacher.

Later, his brother, King Rama III, complained that it was disgraceful for member of the royal family to join an ethnic minority, and so built a monastery for the Prince-Monk on the Bangkok side of the river. There, Mongkut attracted a small but strong following of like-minded monks and lay supporters, and in this way the Dhammayut (lit., In Accordance with the Dhamma) movement was born.

In its early years, the Dhammayut movement was an informal grouping devoted to Pali studies, focusing on Vinaya, the classic dhutanga practices, a rationalist interpretation of the Dhamma, and the revival of meditation techniques taught in the Pali canon, such as recollection of the Buddha and mindfulness of the body. None of the movement's members, however, could prove that the teachings of the Pali canon actually led to enlightenment. Mongkut himself was convinced that the path to nirvana was no longer open, but he felt that a great deal of merit could be made by reviving at least the outward forms of the earliest Buddhist traditions. Formally taking a bodhisattva vow, he dedicated the merit of his efforts to future Buddhahood. Many of his students also took vows, hoping to become disciples of that future Buddha.

Upon disrobing and ascending the throne after his brother's death in 1851, Rama IV was in a position to impose his reforms on the rest of the Thai Sangha, but chose not to. Instead, he quietly sponsored the building of new Dhammayut centers in the capital and the provinces, which was how — by the time of Ajaan Mun — there came to be a handful of Dhammayut monasteries in Ubon.

Ajaan Mun felt that Customary Buddhism had little to offer and so he joined the Dhammayut order, taking a student of Prince Mongkut as his preceptor. Unlike many who joined the order at the time, he wasn't interested in the social advancement that would come with academic study and ecclesiastical appointments. Instead, his life on the farm had impressed on him the sufferings inherent in the cycle of life and death, and his single aim was to find a way out of the cycle. As a result, he soon left the scholarly environment of his preceptor's temple and went to live with a teacher named Ajaan Sao Kantasilo (1861-1941) in a small meditation monastery on the outskirts of town.

Ajaan Sao was unusual in the Dhammayut order in that he had no scholarly interests but was devoted to the practice of meditation. He trained Ajaan Mun in strict discipline and canonical meditation practices, set in the context of the dangers and solitude of the wilderness. He could not guarantee that this practice would lead to the noble attainments, but he believed that it headed in the right direction.

After wandering for several years with Ajaan Sao, Ajaan Mun set off on his own in search of a teacher who could show him for sure the way to the noble attainments. His search took nearly two decades and involved countless hardships as he trekked through the jungles of Laos, central Thailand, and Burma, but he never found the teacher he sought. Gradually he realized that he would have to follow the Buddha's example and take the wilderness itself as his teacher, not simply to conform to the ways of nature — for nature is *samsara* itself — but to break through to truths transcending them entirely. If he wanted to find the way beyond aging, illness, and death, he would have to learn the lessons of an environment where aging, illness, and death are thrown into sharp relief.

At the same time, his encounters with other monks in the forest convinced him that learning the lessons of the wilderness involved more than just mastering the skills of physical survival. He would also have to develop the acuity

not to be misled by dead-end sidetracks in his meditation. So, with a strong sense of the immensity of his task, he returned to a mountainous region in central Thailand and settled alone in a cave.

In the long course of his wilderness training, Ajaan Mun learned that — contrary to Reform and Customary beliefs — the path to nirvana was not closed. The true Dhamma was to be found not in old customs or texts but in the well-trained heart and mind. The texts were pointers for training, nothing more or less.

The rules of the Vinaya, instead of simply being external customs, played an important role in physical and mental survival. As for the Dhamma texts, practice was not just a matter of confirming what they said. Reading and thinking about the texts could not give an adequate understanding of what they meant — and did not count as showing them true respect. True respect for the texts meant taking them as a challenge: putting their teachings seriously to the test to see if, in fact, they are true. In the course of testing the teachings, the mind would come to many unexpected realizations that were not contained in the texts.

These in turn had to be put to the test as well, so that one learned gradually by trial and error to the point of an actual noble attainment. Only then, Ajaan Mun would say, did one understand the Dhamma.

This attitude toward the Dhamma parallels what ancient cultures called "warrior knowledge" — the knowledge that comes from developing skills in difficult situations — as opposed to the "scribe knowledge" that people sitting in relative security and ease can write down in words.

Of course, warriors need to use words in their training, but they view a text as authoritative only if its teachings are borne out in practice. The Canon itself encourages this attitude when it quotes the Buddha as teaching his aunt,

"As for the teachings of which you may know, 'These teachings lead to dispassion, not to passion; to being unfettered, not to being fettered; to divesting, not to accumulating; to modesty, not to self-aggrandizement; to contentment, not to discontent; to seclusion, not to entanglement; to aroused persistence, not to laziness; to being unburdensome, not to being burdensome': You may definitely hold, 'This is the Dhamma, this is the Vinaya, this is the Teacher's instruction.'"

Thus the ultimate authority in judging a teaching is not whether the teaching can be found in a text. It lies in each person's relentless honesty in putting the Dhamma to the test and carefully monitoring the results.

When Ajaan Mun had reached the point where he could guarantee that the path to the noble attainments was still open, he returned to the northeast to inform Ajaan Sao and then to continue wandering.

Gradually he began to attract a grassroots following. People who met him were impressed by his demeanor and teachings, which were unlike those of any other monks they had known. They believed that he embodied the Dhamma and Vinaya in everything he did and said.

As a teacher, he took a warrior's approach to training his students. Instead of simply imparting verbal knowledge, he put them into situations where they would have to develop the qualities of mind and character needed in surviving the battle with their own defilements. Instead of teaching a single meditation technique, he taught them a full panoply of skills — as one student said, "Everything from washing spittoons on up" — and then sent them into the wilds.

It was after Ajaan Mun's return to the northeast that a third type of Buddhism emanating from Bangkok — State Buddhism — began to impinge on his life. In an effort to present a united front in the face of imperialist threats from Britain and France, Rama V (1868-1910) wanted to move the country from a loose feudal system to a centralized nation-state. As part of his program, he and his brothers — one of whom was ordained as a monk — enacted religious reforms to prevent the encroachment of Christian missionaries.

Having received their education from British tutors, they created a new monastic curriculum that subjected the Dhamma and Vinaya to Victorian notions of reason and utility. Their new version of the Vinaya, for instance, was a compromise between Customary and Reform Buddhism designed to counter Christian attacks that monks were unreliable and lazy.

Monks were instructed to give up their wanderings, settle in established monasteries, and accept the new state curriculum. Because the Dhammayut monks were the best educated in Thailand at the time — and had the closest connections to the royal family — they were enlisted to do advance work for the government in outlying regions.

In 1928, a Dhammayut authority unsympathetic to meditation and forest wanderers took charge of religious affairs in the northeast. Trying to domesticate Ajaan Mun's following, he ordered them to establish monasteries and help propagate the government's program.

Ajaan Mun and a handful of his students left for the north, where they were still free to roam. In the early 1930's, Ajaan Mun was appointed the abbot of an important monastery in the city of Chiang Mai, but fled the place before dawn of the following day. He returned to settle in the northeast only in the very last years of his life, after the local ecclesiastical authorities had grown more favorably disposed to his way of practice. He maintained many of his dhutanga practices up to his death in 1949.

It wasn't until the 1950's that the movement he founded gained acceptance in Bangkok, and only in the 1970's did it come into prominence on a nationwide level. This coincided with a widespread loss of confidence in state monks, many of whom were little more than bureaucrats in robes. As a result, Kammatthana monks came to represent, in the eyes of many monastics and lay people, a solid and reliable expression of the Dhamma in a world of fast and furious modernization.

Buddhist history has shown that wilderness traditions go through a very quick life cycle. As one loses its momentum, another often grows up in its place. But with the wholesale destruction of Thailand's forests in the last few decades, the Kammatthana tradition may be the last great forest tradition that Thailand will produce. Fortunately, we in the West have learned of it in time to gather lessons that will be help in cultivating the customs of the noble ones on Western soil and establishing authentic wilderness traditions of our own.

Perhaps the most important of those lessons concerns the role that the wilderness plays in testing and correcting trends that develop among Buddhists in cities and towns. The story of the Kammatthana tradition gives lie to the facile notion that Buddhism has survived simply by adapting to its host culture. The survival of Buddhism and the survival of the Dhamma are two different things.

People like Ajaan Mun — willing to make whatever sacrifices are needed to discover and practice the Dhamma on its own terms — are the ones who have kept the Dhamma alive. Of course, people have always been free to engage in Buddhist traditions in whatever way they like, but those who have benefited most from that engagement are those who, instead of reshaping Buddhism to fit their preferences, reshape themselves to fit in with the customs and traditions of the noble ones. To find these customs isn't easy, given the bewildering variety of traditions that Buddhists have spawned over the centuries. To test them, each individual is thrown back on his or her own powers of relentless honesty, integrity, and discernment. There are no easy guarantees.

And perhaps this fact in itself is a measure of the Dhamma's true worth. Only people of real integrity can truly comprehend it.



As Ajaan Lee, one of Ajaan Mun's students, once said,

"If a person isn't true to the Buddha's teachings, the Buddha's teachings won't be true to that person — and that person won't be able to know what the Buddha's true teachings are."

Forest monks of Southeast Asia, also called ascetic monks or meditation monks because they embraced thudong or ascetic austerities, revived the Theravada Buddhist tradition directly link to the historical Gautama Buddha. This thudong tradition emphasizes meditation and ascetic practice over scholarly and literary pursuits.

It celebrates the forest and wandering monks and hermits as opposed to the coenobitic, urban and institutionalized monks of the centralized national sanghas.

The forest monk tradition, originating in India, spread to historical Thailand, Burma, Laos, and Sri Lanka. Its revival, however, was a nineteenth-century reform movement intricately related to its forest setting.

Origins

The origins of the forest monk tradition is traced to Asoka, the third-century B.C.E. Buddhist emperor of India whose state-sponsored codification of Buddhist practice and patronage of missionaries to neighboring states signaled the invigoration of Buddhism outside of the land of its birth.

The main literary source of forest monk ascetic practice, however, is the Visuddhimagga of fifth-century C.E. Buddhaghosa. The Visuddhimagga, which means "Path of Purification", introduced the vinaya or ascetic discipline, the groundwork of a meditation method within the context of a compendium of doctrine. This comprehensive document became what one authority calls the "unitary standard of doctrinal orthodoxy for all Theravada Buddhists."

But as centuries passed, its influence ebbed and flowed. The conscious revival of the vinaya (ascetic discipline) in the nineteenth century rescued an important resource that provided the impetus for a renewed eremitical practice.

The origins of forest monk practice can be identified in part in the terminology used. As one scholar states:

"Ascetic and meditating monks may be referred to variously as forest-dwelling monks, ascetic monks or meditators, depending on which facet of the life is to be emphasized. Significantly forest-dwellers are sometimes referred to as tapassi. ... This term is usually applied to non-Buddhist ascetics who practice self-mortification and suggests the extent to which Buddhist asceticism had acquired the fascination in itself which asceticism holds in other Indian traditions".

The outward similarity of the forest monks to Hindu and Jain sadhus suggests a vibrant culture of asceticism in ancient and medieval India. In twelfth-century Ceylon (Sri Lanka), Mahakassapa of Dimbulaga offered a definitive revival of Buddhist asceticism in publishing his Mahavamsa, a meditation manual, plus a set of governing vinaya rules or katikavatu to govern sangha practice.

Another source of forest monk asceticism was based on the traditional portrayals of the Buddha in previous lives as found in the Jataka stories. The Jataka stories were an immediate source of inspiration to Pannananda in late nineteenth-century Sri Lanka, a more literary and folkloric source versus either the Visuddhimagga or formal suttas or sutras.

Jataka asceticism was continued in Sri Lanka by Pannananda's disciple Subodnanda, who developed a village asceticism wherein a discipline for laity was not based on scholarly or monastic models.

Subodnanda also introduced the notion of *self-ordination* when the sanghas of cities and towns refused to cede their authority. From village-based asceticism in Sri Lanka came the later break to the creation of small monastic communities based on non-authoritarian decision-making and dwelling in the forests. These small communities of monks (largely self-ordained) were conceived of as a primeval sangha in a style that the historical Gautama would have approved, according to its Sri Lankan champion Ratanapala Asmandale, who lived through the mid-twentieth century.

Practice

The Visuddhimagga presents three essential components of asceticism:

1. virtue respectively discipline (sila)
2. concentration respectively meditation (samadhi)
3. wisdom respectively insight (panna).

These methods are pursued both consecutively and simultaneously.

The ultimate goal of the path is purification (visuddhi). Purity is the essential metaphor of practice: purity of mind, heart, and body. At the same time, the ascetic path here recommended is marked by a psychological pragmatism that emphasizes concrete results versus speculation and metaphysics.

The Visuddhimagga sees the optimum physical setting for the path of purification as isolation, seclusion, or reclusion (viveka).

As the Sutta Nipiti states:

๒๓๖.๔๖๒) มีโค อรณวมุหิ ยถา อพฺนุโธ เยนิจฺจนํ คจฺจนติ โคจฺจราย
วิญญู นโร เสริตํ เปกฺขมาโน เอโก จเร ขคฺคฺวิสาณกฺปิเป ฯ

Unfettered, like a deer in the forest, goes forage wherever it wants,
A wise man minds his freedom; Like the one-horned rhinoceros: wander alone!

The Visuddhimagga recommends thirteen dhutangas or ascetic practices. These were not originally Buddhist practices but represent an evolution of thought, represented in the documents ascribed to the body of Buddha's discourses. The practices became emblematic of Buddhist asceticism by the time of the 12th century.

The thirteen dhutangas are:

1. paṃsukūla : abandonned robes
2. tecīvarika : three robes only
3. piṇḍapāta : collection by means of one's bowl
4. sapadānacārika : food collection without skipping houses
5. ekāsanika : a single meal
6. pattapiṇḍika : everything within the bowl
7. khalupacchābhattika : no longer accepting any extra food after having started to take the meal
8. āraññika : to remain in the forest
9. rukkhamaṇḍala : to remain beneath a tree
10. abbhokāsika : to remain on the bare earth without shelter
11. susānika : to remain among charnels
12. yathāsantatika : to sleep at the allotted spot
13. nesajjika : to renounce to the lying posture

The forest monk is to use discarded cloth to make his robes, only secondarily accepting cloth deposited at his dwelling or along his daily path. Overall, the monk is to make and maintain three robes.

The monk does not store or cook food but daily enters the nearby village (which could be several miles distant) and begs.

This entails visiting each house in succession; he is not to go to the wealthiest house or the most generous household first but to each in order.

The monk presents his bowl in silence; Sri Lankan monks held a fan to their faces, like Japanese Zen monks whose large headgear effectively covered their faces.

The food was to be from householders' excess, not specially prepared for the monk's coming or prepared for them upon being sighted.

The monks' routine is to set off for alms at midmorning, giving them time to return to their dwelling places by about midday. If they form an organized hermitage, the forest monks will assemble in a separate edifice or dining hall (sala), redistribute the food as needed and eat from their bowl in silence, without utensils and without taking a second helping. If their food is in excess it is to be given away.

The typical Thai fare is rice, often with a sauce of chilies, and some vegetable, and occasionally fruit -- whatever a typical household happens to have, which is often only rice.

The monks normally had a well or stream as a source of water. The midday meal was the only meal, but an afternoon tea from gathered herbs was acceptable.

Where the ascetic monk lives is representative of his practice. Developed hermitages follow a pattern known in the west among Carthusian monks: individual dwellings in proximity to one another.

In Thailand, the individual hut is called a kuti, made of bamboo, palm, or other already-fallen wood. In Sri Lanka, the huts were often concrete and wood, with concrete floors.

When a master and disciple dwelt together it was in a single edifice. When a monk was a hermit, he might live in a previously occupied hut but more likely a cave if he was stationary for any period. In every case the dwelling must be in a forest with no village or other habitation visible or readily accessible.

Individual practitioners would pursue more rigorous settings.

In Thailand, wandering monks carry a klot or modest tent-like cloth and mosquito netting, which can be set up in the open air, a cave, at the foot of a tree or in a cemetery.

The wandering monk is not complaining about whatever setting he pursues, discovers, or is obliged to use. That he never lay down to sleep but only sat was a common ascetic practice throughout Buddhist tradition in later centuries. Only a monk who was sick lay down.

A typical schedule for the forest monk is to sleep from 10 p.m. to 2 a.m., meditate from 2 to 6 a.m., wash up, clean, and sweep until going out for alms, then returning to eat, rest, attend to other chores, and spend another four hours in meditation, usually 6 to 10 p.m.

Additionally, wandering elders or masters with one or two disciples or younger monks, might take up a months-long regimen of travel, sometimes without a particular itinerary, following rivers, forest highlights, mountains, valleys, and the thread of isolated villages for their food, though sometimes wandering monks went without food for days when they lost their way. Such monks could readily pursue the practices of sleeping in the open air under trees and in caves or in cemeteries, all the while adhering to a discipline of meditating in the wilderness.

And meditation is indeed the core of their practice in vivid contrast to the pundit monks.

One observer summarizes the motivation of the ascetic monks thusly:

"They knew that if they studied the dhamma without practicing it, they would remain unaware of its deeper meaning. They realized that the value of the dhamma was not to be found in reading and studying but in training the mind through the thudong life. Finally, they understood that the best place to study the Buddha's teachings was not in a comfortable monastery but in their own school, their own university: the heart of the forest, a grove, the shade of a single tree, the cemetery, the open air, the slope of a mountain, the foot of a mountain, a valley. They believed that such places were recommended by the Buddha as the supreme university".

The forest was valued as a natural setting for solitude and seclusion, and many thudong monks became hermits for selected periods of time, dwelling deeper within the isolated landscape of mountainous caves and secluded forest cover.

While the three-month rains retreat often attracted temporary and visiting monks and meditators, the rigors of this period were intensified for regular monks. But the advantages of the forest setting for mindful meditation, for demonstrated faith in a master's directions, and for the well-being of the forest monk sangha and animals were motivating sources.

Three Fears

Fear accompanied many wilderness newcomers, due in part to the insecurity of daily life and survival but especially fear of wild animals, sickness and injury, and - given the accretions of cultural lore - ghosts.

Many forest monks record their encounters with wild animals, namely tigers, elephants, and snakes. Tigers often lurked around hermits in their open air klots at night, and the monks learned to face fear directly. While with a master, the monk learned to listen and observe not only rituals and discipline but what to do and not do around tigers, thereby conquering fear. Some masters deliberately traveled at dusk or slept on trails in order to train their mind against the fear of animals, especially since they wanted their disciples to experience eremitism, to wander alone, and to live in mountains, caves and under trees.

Where tigers and elephants were typical of Thailand forests, snakes were common in Sri Lanka as well. In one anecdote, a preaching monk sat speaking for half an hour while a poisonous snake came up and lay unmoving at his side. The snake left only teaching was finished, convincing listeners of the powerful truth of the dhamma.

In such settings the training of the mind was invaluable. As one master, Ajan Man, put it:

From such a mind an attacker will draw back, be it a tiger, a snake, or an elephant. The aspirant may even be able to walk right up to it. His attitude towards animals is based on metta [loving-kindness], which has a mysterious but real and profound influence ...

A second fear that masters bade their disciples overcome was fear of corpses and spirits. The Visuddhimagga teaches the corpse meditation as a way of inculcating a spirit of impermanence but also as a practical way of conquering sexual temptation, and fear of illness and disease. But spending the night in a cemetery, whether in the open air or in a klot, could be the source of great fear.

The cemeteries of southeast Asia were not the tombstones and spacious lawns of the Western world. Corpses were brought and deposited in shrouds on the ground, make-shift cremations incomplete or left unfinished with nightfall. One monk records being in a cemetery at dusk when villagers brought a shrouded body and left the smoldering corpse on the ground where the monk could see it from his klot.

As in any such case, the odor was overwhelming and the monk's imagination stirred. The monk was taught to recognize and observe fear, to control it with mindfulness, and ultimately to transcend it. But that seldom happened without considerable experience.

The third fear was fear of bodily suffering. The widespread contraction of malaria by forest-dwellers called for perseverance, especially when palliative drugs were unavailable in isolated locales. Despite suffering malarial fever, some monks did not deviate from their discipline, walking in pain or sitting stolidly in the open air during rain storms. The conviction that pain is rooted in the mind was a strong motivation to discipline.

In terms of physical hardship, the forest-dwelling monks contrasted their wilderness context to the cozy, rarified atmosphere of the monastery. To the forest-dwelling monks and hermits, book learning could not overcome bodily suffering. A strong intellect might mask emotional weakness, undermining mindfulness.

Ajan Man, who passed a rains retreat while suffering severe stomach pains, would sometimes enter towns and villages in order to test himself against temptations of food and sensual desire. Mastering sense stimuli would guard against viewing the forest as an escape.

BIBLIOGRAPHICAL REFERENCES

Tiyavanich, Kamala. *Forest Recollections: Wandering Monks in Twentieth-Century Thailand*. Honolulu: University of Hawaii Press, 1997.
Carrithers, Michael. *The Forest Monks of Sri Lanka: An Anthropological and Historical Study*. Delhi: Oxford University Press, 1983.
Mendelson, Michael E. *Sangha and State in Burma: A Study of Monastic Sectarianism and Leadership*. Ithaca, NY: Cornell University Press, 1975.

Buddhaghosa. *Path of Purification: Visuddhimagga*. Translated by Bhikkhu Nanamoli. Seattle, WA: Pariyatti Publishing, 2003.

URL of this page: <http://www.hermitary.com/articles/thudong.html>

© 2006, the hermitary and Meng-hu

MEANING OF THE WORD DHAMMA / DHARMA

Dharma is a well known anglicized Sanskrit word mostly translated with the term of teaching. The Pali version is Dhamma and has broad meaning as to be seen below in this original text from the Thai Buddhist organization:

In the original Pali language, the word "Dhamma" was used to refer to all of the Intricate and involved things that go to make up what one call Nature.

Some major points the word "Dhamma" embraces:

- Nature itself;
- The Law of Nature;
- The duty of each human being to act in accordance with the Law of Nature;
- The benefits to be derived from this acting in accordance with the Law of Nature.

There is a wide range of meaning covered by the word "Dhamma". It does not refer simply to books, palm-leaf manuscripts, or the voices of preachers. Dhamma is all-embracing; it is profound; it includes all things

To clarify this meaning further from a different angle one can look at how the word Dhamma is used in context with other words and connected with the word parts in present day Thai language since it still reveals its.

The Thai word for nature is ธรรมชาติ (DhammaChat). Where as the word part ธรรม (Dhamma) is translated to the word Dharma and the second part of the word, ชาติ (Chart) is translated into nation, state or realm

Ergo the word nature would become something like Dharma nation, Dharma state or Dharma realm. To come to an in English sensible version of meaning for the Thai word Dhamma Chat (nature), one has to look at the correct English synonyms for the words state and realm, which there are; condition, shape, circumstances, situation and sphere. This leaves us with the more accurate translation of the Thai respectively Pali understanding for the English word nature which then is as follows:

Dharma of condition, shape, circumstances, situation, sphere

If one now stop using the habitual understanding of Dharma (Dhamma), as simply the word "teaching" and extends it to as above described additional meaning of "law = regulation", it starts to reveal its meaning.

This leaves us with the more accurate translation of the Thai respectively Pali understanding for the English term nature which becomes:

Nature = ธรรมชาติ (DhammaChat) = regulation of condition, shape, circumstance, situation and sphere,

Meaning; nature = the sphere of shape, condition, all situations and circumstances occurring.

An often quoted phrase that is commonly known in Thai reads;

ธรรมชาติ	เกิด	ธรรม
(DhammaChat)	(ghoet)	(Dhamma)
Nature	births	Dharma

This now translates into a more specific meaning of;

"The wholesome regulations of conditions, shapes, circumstances, situatio, and spheres gives birth to the teaching"

The essence of above translation is the meaning that all is already self-contained in ones own existence and one can say that the teaching is born and derived from Nature itself. In terms of Dhamma language, the Dhamma is one and the same as the Awakend One, as stated in following well known Pali text:

"One who sees the Dhamma sees the Tathagata. One who sees the Tathagata sees the Dhamma."

MEANING OF THE KATA MONGKUT PRA PUTTA JAO

The name of this Kata translates to something like the "Crown of Lord Buddha" and is suitable for daily recitation and/or as inscription in so-called yants (see picture below).

"Idti Bi Sō Wi Sē Sē I" Stands for Bravery, and Effort to Do Good Deeds and have Moral Precepts

"I Sē Sē Put Ta Nā Mē I" Stands for Wisdom and Intelligence; the ability to understand the causes and effects of one's own doing (Karma) and to take Responsibility for one's own actions. To know the difference between one's good and/or bad deeds (Having a Moral Conscience).

"I Mē Nā Put Ta Dtang Sō I" Stands for Diligence and Patience, to withstand temptations and endure without giving up to follow the path. To be pious and undertake strong efforts to do good deeds.

"I Sō Dtang Put Ta Bi Dti I" Stands for having selfless renunciation to devote one's time and efforts for the good of others, more than one's self.

"อิติปิโส วิเสเสอิ"

"อิเสเส พุทธนาเมอิ"

"อิเมนา พุทธังโสอิ"

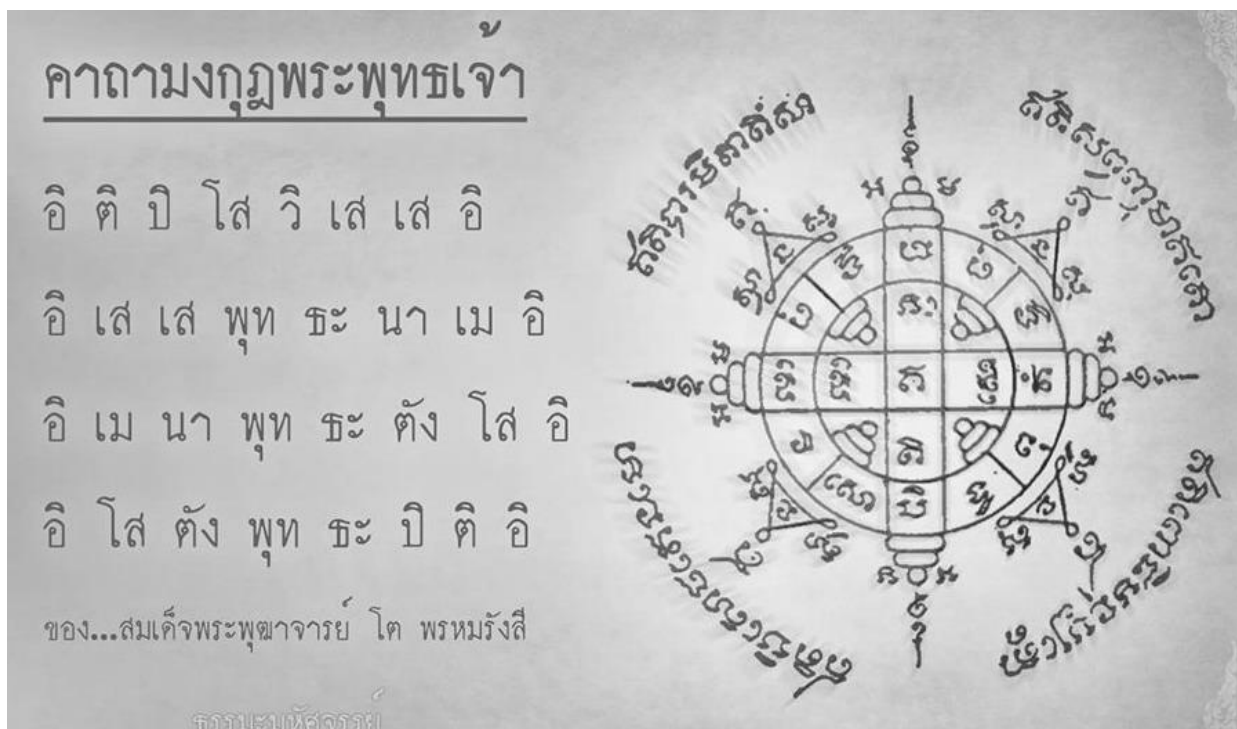
"อิโสตั๋งพุทธะปิติอิ"

"Idti Bi Sō Wi Sē Sē I"

"I Sē Sē Put Ta Nā Mē I"

"I Mē Nā Put Ta Dtang Sō I"

"I Sō Dtang Put Ta Bi Dti I"



The actual characters in the Yants (see picture above) are not Thai but Akhara Khom, a form of Khmer scripture in which original Buddhist teachings are written in Pali language. Pali itself has no own characters but is expressed in e.g. Thai, Khmer, Sinhalese or others.

